

پیارے نبی کی پیاری سنتیں



عارف باللہ حضرت اقدس مولانا شاہ حکیم محمد اختر صاحب دہلیت برکاتہم

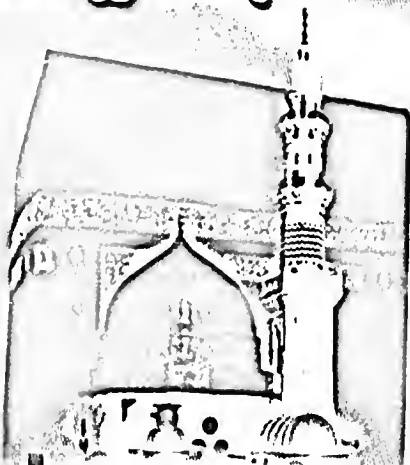
برمی ترجمہ



محمد جلال الدین (مولین) فاضل دارالعلوم دیوبند



ချစ်လှစွာသော မြတ်တမန်တော် ﷺ ၏ ချစ်လှစွာသော စွန့်သင်တော်များ



တည်းဖြတ်သူ

■
မုဟ်သီ နူးရ် မုဟာမုတ်

ပြန်ဆိုသူ

■
မုဟ်သီ မုဟာမုတ် ဂျလာလူဒွိန်းန် - မော်လမြိုင်
(ကာဇေမီ - ဝေယျီစန်)

ချပ်လှစွာသောပြတ်တပန်တော်

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



ချပ်လှစွာသောဝိဇ္ဇာသင်တန်းများ

မေတ္တာလက်စောင်မှန်
မှ မှန်သီရိမုဟမ္မိဒ်ဂျလာလွဉ်းနီ
မဟိမုဒိ-ကာစေမီ

တည်းဖြတ်သူ

ဟင်္ဂရိသ် မော်လာနာ အလ်ဟာဂျ် မုဟ်သီရိမုဟမ္မိဒ်ဆွာဟိင်

ဟဒီးဆ်တန်း၊ ဒါဂ္ဂုလ်အုလုဗ်အရဗီတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်၊
ရှေ့ဆောင်ဆရာကြီး၊ ရှေ့ဘိဝံသီဂျာမေဗသီ၊ ရန်ကုန်

ဖြန့်ဆိုသူ

အလ်ဟာဂျ် မော်လာနာ မုဟ်သီရိမုဟမ္မိဒ်နီ-ကာစေမီ (မော်လမြိုင်)

ဟဒီးဆ်တန်း၊ ဂျာမေဗသီ အရဗီယာဗ် အဗ္ဗလားဗီယာဗ်
သအိဝီဗ္ဗင်ကုရ်အာနီး အရဗီတက္ကသိုလ်၊ သယံဇာတကွန်း

پیشوا محالی شانت

UKRI MUHAMMAD AKHTAR

M
LISE-ASHAFUL HAQ

UNCAF BADAIA ASHRAFIA
HAFUL MADAHIS
SHAN-E-GALIE KARACH
BOX NO. 1 180
MAFS 481958-482078 481958

محمد اکبر اختر
۵۵:۵۵

محمد اختر
الم سیکلین انعامہ اللہ
او شدادہ اشرفیہ راشدیہ
۱۰۰۰
P 81128 A, P 97143, 1002

مکرم المہتمم صاحب محمد جدل الدین بڑی زبیر صاحب
بسم بکرم درجہ اللہ دہرہ تر بیج بڑی

محمد صاحب نامہ لا میری کسی یاد پر حق جامع محفوظ ہیں
مجھے طبی اس فصل سے غیرت آتی ہے کہ دین کی شائستگی کو
مجھ پر کیا چاہئے۔ فیض اسی فیض کے درمیان رہا ہوں اور
پیارے نبی (ص) کے فیض میں ہم کی پیروی سنیں، مگر وہ
ہری زبان میں ترمیم کر کے شائع کر دیں اور چار
آپس کو خدمت کریں۔ اپنے ہمارا سلام سے شہرہ ہو کر
دموات صحاحات پر یاد رکھنے کی تشریح میں

ذما کرتا جو کہ ازادہ کی شائستگی آپ تالیف

ترجمہ ہری زبان میں کہتے ہیں کہ وہ کوشش قبول کریں
مطالعہ فرمائیں، آئیں، ہر نعم حکیم محمد اختر صاحب اللہ
۱۲ رمضان ۱۴۱۵ھ

ဟရေသ် မော်လာနာ အယ်ဟာန့် မွ်သီဒ်နုမုဂမုဒ်သွာပိမ်၏ အမှာစာ

الحمد لله وكفى وسلام على عباده الذين اصطفى

အာရပ်စ် မိလ္လာဟ်၊ ဟရေသ်ရှုဟ်တကီုဝ် ပုဟဋ္ဌ်အပ်သရ်
သွာဟိမ် (အလ္လာဟ်၊မုဒ်မြတ် ဆရာသခင်ကြီး၏ အရိပ်အာဇာနည်ကို
ကျွန်ုပ်တို့အပေါ်၌ ကြာရှည်စွာထားတော်မူပါစေ၊ အာဒ်မန်) သည် ကမ္ဘာ
ကျော် အာလမ်ပညာရှင်၊ အတွင်းပိုင်းဆိုင်ရာကျေးဇူးများ၊ ညာဉ်ဆိုးများကို
ကုစားသည့် ထက်မြက်သော သမားတော်ကြီးတစ်ဦးလည်းဖြစ်ပါသည်။
ဆရာကြီး၏ဘောကြားချက်များ၊ ရေးသားချက်များသည် ကမ္ဘာကျော်
အာရပ်စ်နှင့် အလ္လာအသီးသီးကို အကျိုးပြုပျက်ပျံ့ပါသည်။ ထူးခြားသည့်
ရေးသားချက်များအနက် ...

بسم الله الرحمن الرحيم

စာအုပ်ထယ်သည် လွန်စွာအောင်မြင်ကျော်ကြားသည့် စာအုပ်ပွဲငါး ခုနှင့်
ခွင့်ရှိ၍ ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေပြန်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုစာအုပ်တွင် တမန်တော်မြတ်
မူဆီ ၏ အသက်တမ်းတစ်လျှောက်လုံး၊ ကွင်းသုံးခဲ့သည့် ငွေ့သံတော်များ၊
ခလေးတော်များပါရှိ၏။ ယင်းစာအုပ်ကို ကမ္ဘာအဝှမ်း၌ မွတ်မလင်များ
အားလုံး၊ ဗတ်ကြံ၊ ပုတ်ကြံ၊ ပုဒ်သုံးလွှတ်ရှိကြ၏။

မွတ်မလင်တိုင်း၏ နှစ်ဘဝအောင်မြင်ရေးမှာ နှစ်တမန်တော်
မူဆီ ၏ ငွေ့သံမလေးတော်များအတိုင်း ဗင်္ဂါ၊ခြေထပ် လိုက်နာဆောက်
တည်မှုရှိ၏။ ထို့ကြောင့် ကမ္ဘာပညာရှင် အကျော်အမော်သူတော်စင်ကြီး
ရိုက်နာအံ့နာသွာအလ္လာဟ် အိမ်တန်ခိုရီ (رحمة الله عليه) က အောက်ပါ
အတိုင်း မိန့်ကြားထား၏။

“အသင်တို့ တမန်တော်မြတ် မူဆီ ၏ ငွေ့သံခလေးတော်များ
အတိုင်း လိုက်နာသည်နှင့်အမျှ အကောင်းမျိုးပတ်လာများရရှိပြီ။ ငွေ့သံခလေး
တော်များအတိုင်း လိုက်နာမှုနည်းပါးသည်နှင့်အမျှ ပျက်စီးခြင်းများရှိပေ
မည်။ အလ္လာဟ်မုဒ်မြတ်၏ ကဗူလတ်ခြင်း၏ တံခါးသည် ငွေ့သံခလေး

တော်များအတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းဖြစ်သောတို့နှင့်သာ ပွင့်နိုင်ပြီ။
အခြားမည်သည့်လမ်းစဉ်ဖြစ်သောတို့နှင့်ပွင့်နိုင်မည်မဟုတ်။ စွန့်သံလေ့
တော်များကို လိုက်နာမှသာ ဂျဟန္နုင်ရဲဘုံမှ လွတ်မြောက်ပေမည်။”

တရုသူလက်ဝယ်ရှိ “ဗျပ်လှကွသော မြတ်တမန်တော်၏ ချစ်
လှစွာသော စွန့်သံတော်များ” ကအုပ်သည် ဘရေဗယ် ဖော်လာနာ (၁၈၇၆)
အင်သင်ဆွာဟိစ်၏ **کتاب التوبه** မှာရေးကို ပြန်ဆို
ထားပြင်းဖြစ်၏။

ပြန်ဆိုသူမှာ- ကျွန်ုပ်၏ချစ်ကမည်း ဖော်လာနာ ဗျပ်သီ
ဂျလာလွဒ်ဒီနီ (ကာဝေဗီ) ဟီးဆ်တန်ပြု ဂျာမေအတ် အရီယက်
အစ္စလာမီယတ် သင်္ခလီဗွလ်ကုရ်အာန် (သယ်နီကျွန်း) ဖြစ်ပါသည်။
ဖော်လာနာအနေဖြင့် ယခင်ကလည်း ဗွတ်စလန်နှင့် ရင်ဆွေးငယ်များ
ကတွက် “တောင်းဆွဲအာအန်ဂျာ” မည်သောအုပ်များကို ချိတ်နှိပ်ထုတ်
ဝေလျက် အကျိုးပြုပြီးဖြစ်၏။ ယခုလည်း ဤအုပ်ကို ပြန်ဆိုရေးသား
ချက် ပြန်ဟုအပ်နီရှိ ဗွတ်စလန်များအားလုံး လေးကို (ဟာကုတ္တရာ
အကျိုးများ ခံစားစေလိုရာ ထပ်မံအကျိုးပြုလိုက်ခြင်းဖြစ်သဖြင့် လက်ကမ်း
ကြိုဆိုသင့်ပါသည်။ အိမ်တိုင်း၌ရှိသင့်သည့် အုပ် ကောင်းတင်အုပ်ဖြစ်
သကဲ့သို့ အခြေခံစာသင်ကျောင်းများ၌လည်း သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအဖြစ်
ပြဌာန်းသင့်သည့် အုပ်ကောင်းတင်အုပ်ဖြစ်ပါသည်။ အလွှားကအရှင်မြတ်
ပူဇော်အုပ်ရေးသားသူ ဆရာသင်ကြီးနှင့် ငြိန်ဆိုသူ တို့၏ကြိုးပမ်းမှုများ
ကို လက်ခံတော်မူပါစေ။ ငြိန်ဟုပွတ်စသင်္ခလီယုတ်ရပ်လုံးအား အကျိုး
ခံစားနိုင်စွမ်း ချီးမြှင့်တော်မူပါစေ။ (အာမီနီ)

ဗျပ်သီခွဲရုံဗဟဗ္ဗဗ်

ဟိဂျရီ ၁၄၂၄ ခုနှစ်၊ ဇွလ်ကတ်ဘတ်လ (၁၉) ရက်

ခရစ်နှစ် ၂၀၀၄ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ (၁၂) ရက်

(၁) ဗဟုလေစေမ္မာသီအာဘီဒူဘာဗ် (ဟီးဂျေလ)

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	ပုဂ္ဂိုလ်ကျမ်းရှင်ထံမှ ပေးပို့စာ	
၂။	တည်းဖြတ်သူ၏အမှာစာ	
၃။	အိမ်ရာမှထသောအခါ ပြုကျင့်ရမည့်စွန့်သင်တော်များ	၁
၄။	ရေအိမ် (ကျင့်ကြံကျင့်ငယ်ခွံခြင်း) နှင့် ဖတ်သက်သည့် ဆုမွန်ဒုအာများနှင့် စွန့်သင်တော်များ	၂
၅။	အိမ်မှထွက်သောအခါ ဖတ်ရမည့်ဒီအာ	၇
၆။	အိမ်ထဲသို့ဝင်သောအခါ ဖတ်ရမည့်ဒီအာ	၇
၇။	ဗလီထံသို့ဝင်ခြင်း၏ စွန့်သင်တော်များ	၈
၈။	ဗလီမှထွက်သောအခါ ပြုရမည့်စွန့်သင်တော်များ	၉
၉။	မိစ်ဝါးကံတံပုတားခြင်း၏ စွန့်သင်တော်များ	၁၀
၁၀။	ဝုဒ္ဓ၏ စွန့်သင်တော်များ	၁၁
၁၁။	ဝုဒ္ဓ၏ ဗရိုဏ် (၄) ပါး	၁၅
၁၂။	ရေချိုးခြင်း၏ စွန့်သင်တော်များ	၁၅
၁၃။	ရေချိုးခြင်း၏ ဖရိုဏ်တာဝန်များ	၁၆
၁၄။	ဇာတိနှင့် အိကာမသင်စွန့်သင်တော်များ	၁၇
၁၅။	နာမင်္ဂါစွန့်သင်တော် (၅၁) ခု ကိယာမရပ်ရာတွင် ပြုကျင့်ရမည့် စွန့်သင်တော် (၁၁) ခု	၂၀
၁၆။	ကိရုအသင် စွန့်သင်တော် (၇) ခု	၂၂
၁၇။	ရုက္ခဏိန် စွန့်သင်တော် (၈) ရပ်	၂၃
၁၈။	စရိဒဟင်စွန့်သင်တော် (၁၂) ခု	၂၄
၁၉။	ကဏ္ဍဝဟ် (ထိုင်ခြင်း) ၏ စွန့်သင်ကျင့်စဉ် (၁၃) ခု	၂၅
၂၀။	နမာင်၏ ဖရိုဏ်တာဝန်များ	၂၆
၂၁။	နမာင်၏ ဝါရိုဏ်တာဝန်များ	၂၇
၂၂။	အမျိုးသမီးများ၏နမာင်၏ ထူးခြားသောဆောင်ရွက် ချက်များ	၂၇

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၂၃။	အဖိုးသားနှင့် အမျိုးသမီးတို့အတွက် တူညီသော စည်းကမ်းများ	၂၁
၂၄။	(လူမူအဟိ) သောကြာနေ့တွင် ပြုကျင့်ရမည့် စွန့်သတ်တော်များ	၃၁
၂၅။	စားသုံးခြင်း စွန့်သတ်တော်များ	၃၂
၂၆။	သောက်သုံးခြင်း၏ စွန့်သတ်တော်များ	၃၇
၂၇။	ဝတ်စားဆင်ယင်ခြင်း၏ စွန့်သတ်တော်များ	၃၉
၂၈။	အမွှေးအမှင် (ဆံပင်၊ မှတ်ဆိတ်) များနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် စွန့်သတ်တော်များ	၄၁
၂၉။	ရောဂါဝေဒနာ ဆေးဝါးကုသမှုနှင့် လူမမာမေးမြန်းခြင်း၏ စွန့်သတ်တော်များ	၄၃
၃၀။	ခရီးသွားခြင်း၏စွန့်သတ်တော်များ	၄၆
၃၁။	မိကာဟ်၏စွန့်သတ်တော်များ	၅၁
၃၂။	ပိပိဇနီနှင့် သံဝိသပြုရန်ရည်ရွယ်သောအခါ ရွတ်ဆိုရန်ဒုအာ	၅၃
၃၃။	ဝလီမဟ်	၅၃
၃၄။	မွေးကင်းစကလေးနှင့်ပတ်သက်သည့်စွန့်သတ်တော်များ	၅၅
၃၅။	ကွယ်လွန်သေဆုံးခြင်းနှင့် ၎င်း၏နောက် ပြုကျင့်ရမည့် စွန့်သတ်တော်များ	၅၇
၃၆။	အိပ်ဝက်အနားယူခြင်း၏ စွန့်သတ်ကျင့်စဉ်များ	၆၀
၃၇။	လူမှုရေးဆိုင်ရာ စွန့်သတ်တော်များ	၆၄
၃၈။	ဒွိဟသံသယများကင်းဝေးရန်နည်းလမ်း	၆၈
၃၉။	စဉ်းစားတွေးတောခြင်းဆိုင်ရာစွန့်သတ်တော်	၆၈
၄၀။	အရေးကြီးသောသာသနာ့သွန်သင်ချက်အချို့	၆၉
၄၁။	အိမ်သိခါရဟ်နမာင်	၇၀
၄၂။	ဆလသွလ်ဟာဂျသ် (ဟာဂျသ်နမာင်အကြောင်း)	၇၃
၄၃။	မှတ်ယူကျင့်သုံးဖွယ်ရာ စွန့်သတ်တော်အပြုပြု	၇၆

ချစ်လှည့်သောမြတ်ဗုဒ္ဓ၏

ချစ်လှည့်သောပစ္စည်းတော်များ

အိပ်ရာမှထသောအခါ ပြုကျင့်ရမည့်စွန့်သတ်တော်များ

- ၁။ အိပ်ရာမှထသည်နှင့် လက်နှစ်ဖက်ဖြင့် မျက်နှာနှင့် မျက်စိကို ပွတ်သပ်ပါ။ ဤသို့ပြုခြင်းအားဖြင့် ငိုက်မျဉ်းခြင်း ကင်း
ဝေးသွားပေသည်။ (ရှုမာအိလေသစ်၌မိမိ)

- ၂။ အိပ်ရာမှနိုးသောအခါ ဤနိဒ္ဒါကိုဖတ်ပါ။

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا
وَالِيهِ الشُّكْرُ ○ (بخاری - مسلم - ابوداؤد)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ ချီးမွမ်းထောမနာခြင်းတို့သည် ထိုအလ္လာဟ်
အရှင်မြတ်အတွက်သာလျှင် ဖြစ်လေ၏။ အကြင်အရှင်မြတ်သည်
ကျွန်တော်မျိုးတို့အား သေဆုံးခြင်းမှ ရှင်ပြန်ထစေတော်မူသည်။
ဂုဏ်ပြင် (ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်) ထိုအရှင်ထံတော်သို့ပင် ရှင်ပြန်၍
သွားကြရပေမည်။

- ၃။ အိပ်ရာမှနိုးသည့်အခါ မစ်ဝါးကံတံပူဇားပါ။

(မှတ်စံနဒေအဟ်မဒ်၊ အဗူဒါဝူးဒ်၊ စာ-၈)

မှတ်ချက်။ ။ ဂုဏ်လုပ်သည့်အခါ ဒုတိယအကြိမ် မဂ်ဂါးက ပြန်လုပ်ရမည်။ အိပ်ရာမှထ၍ မင်ဝါးကသုပ်ခြင်းမှာ သီးခြား စွန့်သံတော်တစ်ခုဖြစ်ပေသည်။

(ဗာဏ်လွင်မဂ်္ဂဟူသ် ရှရဟ်အဗ္ဗဒါဝူးဒ်ကျပ်။

စာ-၃၅၊ တွဲ-၁)

၃။ ဘောင်းဘီ၊ လုံချည် ပုဆိုးတို့ဝတ်သည့်အခါ ပထမ ညာဘက်ဖြင့် စတင်ပြီးနောက် ဘယ်ဘက်ဖြေကိုထည့်ရမည်။ အင်္ကျီဝက်သည့်အခါ ပထမ လက်ကို အင်္ကျီ ညာဘက်လက်တွင်းသို့ထည့်ပါ။ ဤနည်းတူ အခြားအဝတ် အထည်များကို ဝတ်ဆင်ရမည်။ ဖိနပ်စီးသည့်အခါ ပထမ ညာခြေကို ညာဘက်ဖိနပ်တွင်ထည့်ပါ။ ထို့နောက် ဘယ် ဘက်ဖိနပ်တွင် ဘယ်ခြေကိုစွပ်ပါ။ ဖိနပ်ချွတ်သည့်အခါ ဘယ်ခြေပုစ၍ ချွတ်ပါ။ ငြီးချွတ် သောခြေမှ ဖိနပ်ကိုချွတ်ပါ။ ဤသည့် ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်တွင် ဝတ်ဆင်ထားသည့်အရာ များကို ချွတ်ယုန် စွန့်သံပုံသဏ္ဌာန်ဖြစ်သည်။

(ဗုခါဇီ သစ်ရိပိဇီ ရှာဟအီလေသစ်ရိပိဇီ)

၅။ ပန်းကန်ခွက်ယောက်ထဲတွင် သက်မနိကဇီ ပထမ လက် များကို သုံးကြိမ် ကောင်းစွာဆေးရမည်။

(သစ်ရိပိဇီ စာ-၁၃၊ တွဲ-၁)

ရေအိမ် (ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့်ခြင်း) နှင့် ပတ်သက်သည့်

ဆုမွန်ဒုအာများနှင့် စွန့်သံတော်များ

၁။ အညစ်အကြေး (ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်) ပု သန့်ရှင်းစင်ကြယ် ရန်အတွက် ရေနှင့် မြေကြီးဆဲနစ်မျိုးလုံးကို အသုံးပြုရမည်။

မြေကြီး သို့မဟုတ် အုတ်နီခဲသုံးခြင်း၊ မုင်သဟင်ဖြစ်သည်။
မူလကတည်းက အိမ်သာထဲတွင် စီစဉ်ထားရှိလျှင် လုံ
လောက်ပေသည်။ ယခုလက်ရှိအသုံးပြုနေသော ခေတ်မီ
အိမ်သာများတွင် မြေကြီးခဲများကြောင့် ဂျက်စီးသွင်းပြီး
ဒုက္ခဖြစ်စေရန် အချို့သာသနာ့ပညာရှင်ကြီးများက ရေအိမ်
သုံး စက္ကူ (Toilet paper) ကို (မြေကြီးခဲနုရာတွင်
အစားထိုး) အသုံးပြုရန် အကြံပြုထားလေသည်။

၂။ ကိုယ်တော်မှတ် နေ သည် အိမ်သာတွင်းသို့ ဦးဆုံး
ဆောင်းမဟာမှုပြီး ဖိနပ်စီးကာ ပြန်ပြန်တော်မူလေ့ရှိသည်။
(အသိုင်ကွမ်းငိစွန့်သီ)

၃။ အိမ်သာအတွင်းသို့ မဝင်မီအလျှင် ဤဒ်အာကို ဖတ်ရမည်။

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ
الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ ۝ (بخاری، مسلم، ترمذی، ابوداؤد)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏နာမတော်ဖြင့် အထပြပ
၏။ အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ မုချကေန် ကျွန်တော်မျိုးသည်
မကောင်းဆိုးရွားများဖြစ်ကြသော ဂွင်နီဖို ဂွင်နီမ အားလုံး၏
မနာနှင့်ယုတ်မှုများမှ လွတ်ကင်းရန် အရှင်ထံ ခိုလှုံပုံ၏။

အကျိုးကျေးဇူး။ ။ မွလ္လာအလီကာရီ (رحمة الله عليه) သခင်က
"ပစ်ရ်ကားသ်" ကျမ်းတွင် ဤသို့ ရေးသားဖော်ပြထားသည်။
ဟဒီးဆ်တော်များတွင် လာအိုဂျာဏ်မှာ ဤဒ်အာ၏ ခရ်ကသ်မာလာ
ဖြင့် လူသားနှင့် ခရစ်တိယရှိ ရှိသွားနိုင်စွာကောင်းများ၏အကြား
တွင် ပရိဒဟ် (ခေါ်) အကာရ်အရ်သွားပြီး ၎င်း၏အရှက်အဝါကို
ရှိသွားနံက ပထွေပြင်နိုင်ပေး၊ ခဗက်သ်၏ဝေခပ်တို့တွင် ပေးရန်နှင့်

၇၂၆ နှစ်မျိုးလုံးဖတ်နိုင်သည်။ (ခုဒ္ဒဆီ-ခွင်ဆီ)
(မင်္ဂလာသီကုံး၊ အတွဲ-၁ စာ-၃၆၁)

၇၂။ အိမ်သာတွင်းသို့ဝင်ရောက်သည့်အခါ ပထမ ဘယ်ခြေဖြင့်
လှမ်းဝင်ပါ။
(အလိုက်ကွပ်မိစွန့်သီကုံး)

၇၃။ ခန္ဓာကိုယ်မှအဝတ်ကို မသည့်အခါ လွယ်ကူစွာဖြင့် အောက်
ကို နှိပ်နိုင်သမျှနှိပ်ပြီး ပြုလုပ်ခြင်းသည် အကောင်းဆုံး
ဖြစ်သည်။ (သစ်ရံမိကျမ်း၊ အဗုဒ္ဓါဝုဒ္ဓိကျမ်း)

၇၄။ အိမ်သာမှထွက်သည့်အခါ ညာဘက်ခြေဖြင့်လှမ်း၍ ဤခုအာ
ကို အိမ်သာအပြင်ဘက်တွင် ဖတ်ပါ။

غُفْرَانِكَ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنِّي
الْأَذَى وَعَافَانِي - (ابن ماجه)

(အိမ်နေမာကျဟ်ကျမ်း)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ (အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်) ကျွန်တော်မျိုး/မ
သည် အရှင်မြတ်ထံတော်၌ “မဂ်ဗ္ဗေရယ်” လွတ်ငြိမ်းချမ်းသာခွင့်
တောင်းခံပါ၏။ ချီးမွမ်း ထောပနာပြုခြင်းအပေါင်းတို့ကို အကြင်
အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သာလျှင် ခံယူထိုက်တော်မူ၏။ ထိုအရှင်မြတ်
သည် ကျွန်တော်မျိုး/မ ဒုက္ခဖြစ်စေမည့်အရာများ၊ ဘေးအန္တရာယ်
များကို ဖယ်ရှားတော်မူပြီး ကျွန်တော်မျိုး/မအား ကျန်းမာမှု
(သက်သာမှု) ကို ချီးမြှင့်တော်မူ၏။

၇၅။ အိမ်သာအတွင်းသို့မဝင်မီအလျှင် ကုရ်အာန်အာယသ်နှင့်
တမန်တော်မြတ် ၏ နာမတော် စသည်တို့ ရေးသား

ပါရှိသော လက်စွမ်း လက်ကောက်များကို အိမ်သာအပြင်၌ ထားခဲ့ရသည်။ (နစာအိကျမ်း) ပြီးနောက်မှသာ အပြင်သို့ လာ၍ ဝတ်ဆင်ရမည်။ ဖယောင်းရည်စိပ်ပြီး အဝတ်ဖြင့် ချုပ်၍ လုံခြုံစွာပြုလုပ်ထားသော သင်္ဘောလက်ဖွဲ့ကို ဝတ်သွားနိုင်ခွင့်ရှိသည်။

၈။ ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့်သည့်အခါ ကိပ်လတ်ဘက်သို့ မျက်နှာ မှုခြင်းနှင့် ကိပ်လတ်ကို ကျောခိုင်းထိုင်ခြင်းများ မပြုရပေ။
(မိရှိကားသ်၊ သင်္ခမိကျမ်း၊ အိပ်နေမာဂျဟ်ကျမ်း)

၉။ ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ်စွန့်နေစဉ် အရေးကြီးသည့်အကြောင်း တစ်စုံတစ်ရာမရှိဘဲ စကားမပြောပါနှင့်။ အလွှာဟ်အရှင် ဗြတ်၏ စိက်ရံလည်း မပြုပါနှင့်။

(မိရှိကားသ်၊ အဗူဒါဂျဟ်ကျမ်း၊ စာ-၃)

၁၀။ ကျင်ငယ်အစက်ကလေးများ၊ အညစ်အကြေးအစက်ကလေး များ၊ မထိစေရန် အလွန်သတိပြု ဆင်ခြင်ရမည်။

၁၁။ ကျင်ငယ်စွန့်နေစဉ် သို့မဟုတ် သန့်စင်အောင်ပြုနေစဉ် အရှက်တန်ဆာကို ညှာဖြင့်မကိုင်ရ။ ဘယ်လက်ဖြင့်သာ ကိုင်တွယ်ရမည်။ (ဗုခါဒီကျမ်း၊ အိပ်နေမာဂျဟ်ကျမ်း)

၁၂။ အချို့သောနေရာများတွင် အိမ်သာမရှိပေ။ ဤသို့သော နေရာများတွင် အခြားသောသူများ မမြင်နိုင်သော အကာ အရံတစ်ခု၏ အကွယ်ယူပြီး ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ် စွန့်ရ ပေမည်။

(အိပ်နေမာဂျဟ်ကျမ်း၊ အဗူဒါဂျဟ်ကျမ်း)

၁၃။ ကျင်ငယ်စွန့်နေစဉ် အစက်များ ပြန်မစင်မီခေရန် ကျင်ငယ်
 ရေကို စုပ်ယူလိုက်မည့် ပျော့ပျောင်းသောမြေနေရာကို
 ရှာရမည်။ (အမှတ်စဉ် ၁၃ ကျမ်း၊ သိရိပိဋကတ်)

၁၄။ ထိုင်၍ ကျင်ငယ်စွန့်ပါ။ မတ်တတ်ရပ်၍ ကျင်ငယ်စွန့်ခြင်း
 မပြုရ။ (သိရိပိဋကတ်)

၁၅။ ကျင်ငယ်စွန့်ပြီးနောက် မြေခဲကို၍ ခြောက်သွေ့စေလိုလျှင်
 နံရံ စသည်တို့၏အကာယူ၍ ပြုရမည်။
 (ဗဟင်္ဂသီလဝါရဟင်္ဂ)

မှတ်ချက်။ ။ အချို့သောနေရာများတွင် ကျင်ငယ်စွန့်ရန်
 သီးသန့်အဆောင်များ ပြုလုပ်ထားကြသည်။ ဗလီဝန်းထဲတွင်
 ပိသာစု လှနေတန်းလျားများလည်း ရှိကြသည်။ ဤအခြေအနေမျိုး
 တွင် သူစိမ်းဘစ်ရံဆံ အမျိုးသမီးများ၏ အပြင်မသက်ရောက်
 စေရန် အထူးသတိပြုရမည်။

၁၆။ ဝုဇ္ဇကို စွန့်သံတော်နှင့်အညီ အိမ်တွင် ပြုသင့်၏။

၁၇။ စွန့်သံနမာဏ်များကို အိမ်၌ဖတ်၍ ဗလီသို့လွှားပါ။ အခွင့်မသာ
 ပါက ဗလီတွင်ဖတ်ပါ။

“အကျိုးစကားတစ်ခွန်း” မျက်မှောက်ကာလတွင် လူတို့
 သည် စွန့်သံတော်များကို အလေးမထားဘဲ စွန့်လွှတ်နေ
 ကြသည့်အတွက် စွန့်သံနမာဏ်များကို ဗလီ၌ဝတ်ပြုခြင်း
 မှန်ကြောင်းလေသည်။

(ကမာလာသေအရှ်ရဖိယဟ်ကျမ်း)

အိမ်မှထွက်သောအခါ ဗတ်ရမည့်ဒုအာ

အိမ်မှ ဗလီ (သို့မဟုတ်) အခြားတစ်နေရာသို့သွားရန်
အိမ်အပြင်ထွက်ပြီး ဤဒုအာကိုဖတ်ခြင်း။

بِسْمِ اللَّهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ لَا حَوْلَ وَلَا
قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ ۝ (ابوداؤود، ترمذی، ابن ماجه)

(အဋ္ဌဒါပူဇ်၊ သီရိမင်္ဂလာ အိမ်နေမာကျဟ်ကျမ်း)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ ကျွန်တော်မျိုးသည် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏
နာမံတော်ဖြင့် (အိမ်မှ) ထွက်ပါ၏။ ၎င်းနှင့် အရှင်မြတ်ကိုသာလျှင်
ယုံကြည်အားထားပါ၏။ မကောင်းမှုများမှ ရှောင်ကြဉ်နိုင်စွမ်းနှင့်
ကောင်းမှုကုသိုလ်များ ကျင့်ဆောင်နိုင်စွမ်းသည် အလ္လာဟ်အရှင်
မြတ်၏ ကူညီစောင့်မျှော်ခြင်းသာ ရရှိနိုင်၏။

ဗလီသို့ တည်ငြိမ်အေးဆေးစွာဖြင့် သွားပါ။ ပြေး၍မသွား
ရပေ။ (ဤစည်းကမ်းသည် ဗလီသို့သွားခြင်းနှင့်သာ စပ်လျဉ်းသည်)
(အိမ်နေမာကျဟ်ကျမ်း)

အိမ်ထဲသို့ဝင်သောအခါ ဗတ်ရန်ဒုအာ

ဗလီ (သို့မဟုတ်) အပြင်တစ်နေရာမှ အိမ်သို့ဝင်ပြီး
အောက်ပါဒုအာကို ဖတ်ခြင်း။ ၎င်းနောက် အိမ်သူ၊ အိမ်သားများ
အား စလောင်းပေးခြင်း။

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ الْمَوْلَجِ وَخَيْرَ
 الْمَخْرَجِ بِسْمِ اللَّهِ وَلَجْنَا وَبِسْمِ اللَّهِ
 خَرَجْنَا وَعَلَى اللَّهِ رَبِّنَا تَوَكَّلْنَا (ابرواه)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ ကေန်အမှန်
 ကျွန်တော်မျိုးသည် (အိမ်သို့) ဝင်ခြင်းနှင့် (အိမ်မှ) ထွက်ခြင်း၏
 ကောင်းချီးမင်္ဂလာအဖြစ်အဖြစ်ကို အရှင်မြတ်ထံတော်ပါးမှ ဘောင်ဆံ
 အပ်ပါ၏။ ကျွန်တော်မျိုးတို့သည် အရှင်မြတ်၏နာမံတော်ဖြင့်
 အိမ်ထဲသို့ဝင်ပါ၏။ ၎င်းပြင် အရှင်မြတ်ကိုသာလျှင် ယုံကြည်
 အားထားပါ၏။

(အဗူဒါဝူးဒ်ကျမ်း)

ဗလီထဲသို့ဝင်ခြင်း၏ စွန့်သံတော်များ

၁။ ညာခြေဖြင့် ဗလီထဲသို့ဝင်ခြင်း။

(ဗုခါရီကျမ်း၊ စာ-၆၁)
 နမားစီအဆုံးကဏ္ဍ

၂။ မိမ်ပိလ္လာဟ် ရွတ်ဖတ်ခြင်း။

بِسْمِ اللَّهِ
 (အိမ်နေမာကျဟ်ကျမ်း၊ စာ-၅၆)

၃။ ဒရူးဒ်ရှီဇ် ဖတ်ခြင်း။ ဥပမာ-

الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ
 (အိမ်နေမာကျဟ်၊ ဖိုင်ဇလ်ကဒီးရ်၊ စာ-၃၃၆၊ တွဲ-၁)

၄။ ဒုအာဖတ်ခြင်း

اللَّهُمَّ افْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ ۝ (ابن ماجه)

(အိမ်နေမာကျဟ်ကျမ်း)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ (အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်) ကျွန်တော်မျိုး
အတွက် မိမိရဟ်မသ်ဂရုဏာတော်၏ တံခါးများ ဖွင့်ပေးတော်မူ
ပါ။

၅။ အုအ်သိကာင်၏ နိယသ်ပြုခြင်း။

(ရှာမီကျမ်း ၈၁-၄၄၂၊ အတွဲ-၂)

ဗလီမုထွက်သောအခါ ပြုရမည့်စွန့်သ်တော်များ

၁။ ဘယ်ခြေဖြင့် ဗလီမုထွက်ခြင်း။ (ဗခါရီကျမ်း)

၂။ မိမိမိလ္လာဟ် ရွတ်ဖတ်ခြင်း။ (အိမ်နေမာကျဟ်ကျမ်း)

၃။ ဒရူးဒ်ရှရီးစ် ရွတ်ဖတ်ခြင်း။ (ဥပမာ)

(အိမ်နေမာကျဟ်၊ ပိုင်စီလ်ကဒီးရ်)

၄။ ဒုအာဖတ်ခြင်း။

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ ۝ (ابن ماجه)

(အိမ်နေမာကျဟ်ကျမ်း)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ (အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်) ကျွန်တော်မျိုးသည်
အရှင်မြတ်၏ကျေးဇူးတော်ကို တောင်းခံပါ၏။

မိစ်ဝါးကံတံပူစားခြင်း၏ စွန့်သံတော်များ

၁။ ဝုဇ္ဇရေသန့်စင်တိုင်း မိစ်ဝါးကံပြုခြင်းမှာ စွန့်သံဖြစ်သည်။
(အဗ္ဗဒါဝုဒ်ကျမ်း၊ တွဲ-၁ စာ-၈)

အသံသရ်ဂီးဗု၊ ဝသံသရ်ဟီးဗ်ကျမ်း)
(မစ်ဝါးကံသည် လက်တစ်ထွာထက် မရည်စေရ)
(ဗဟ်ရွှံရဲအာစက်)

၂။ မိစ်ဝါးကံကို ကိုင်တွယ်ရန်ငုံစံမှာ အပ်ဒုလ္လာဟ်ဗင်နီမတ်စ်
အူးဒ် ၏ သမင်၏ ဆင့်ပြန်ချက်အရ ညာဘက်လက်
သန်းကို မစ်ဝါးကံ၏အောက်ခြေတွင်လည်းကောင်း၊
လက်ညှိုးကို မစ်ဝါးကံအဖျား၏ အောက်ဘက်တွင်လည်း
ကောင်း၊ ကျန်လက်ကလေးများကို မစ်ဝါးကံ၏ကိုယ်ပေါ်
တွင်လည်းကောင်း ထားရမည်။

(ရှာမီကျမ်း၊ တွဲ-၁ စာ-၈၅)

ဝုဇ္ဇ၏ စွန့်သံတော်များ

ဝုဇ္ဇတွင် စွန့်သံတော် (၁၈) ချက်ရှိ၏။ ၎င်းအချက်များကို
ပြုကျင့်ခြင်း ပြည့်ဝစုံလင်သောဝုဇ္ဇ ဖြစ်သွားလေသည်။

၁။ ဝုဇ္ဇပြုရန် ရည်ငြင်းခြင်း၊ (ဥပမာ-ကျွန်တော်သည် နဟစ်
ဝတ်ပြုရန် ဝုဇ္ဇပြုပါသည်)
(နစာအီကျမ်း၊ ဝုဇ္ဇတွင် နိယသံပြုခြင်းအကြောင်း၊ စာ-၁၂)

၂။ ဗိဗ်မိလ္လာဟ်ဟစ်ရီရဟ မာနစ်ရ်ရဟီးဗ် ဖတ်၍ ဝုဇ္ဇပြုခြင်း။
အချို့သောဆင့်ပြန်ချက်များတွင် လာရှိသည်မှာ ဝုဇ္ဇပြုရာတွင်
အောက်ပါအတိုင်း ဗိဗ်မိလ္လာဟ်ကို ရွတ်ဆိုရ၏။

بِسْمِ اللَّهِ الْعَظِيمِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ عَلَى
 دِينِ الْإِسْلَامِ (مراقى مع المطاى صفحہ ۲۷)

(မရာကီး သွတ်သွာဝိကျမ်း။ စာ-၃၇)

အချို့သောဆင့်ပြန်ချက်များတွင် ဤကဲ့သို့လာရှိပေသည်။

بِسْمِ اللَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ (مع الزوائد)

၎င်းပြင် ဝုဇုပြုနေစဉ် အောက်ပါဒုအာကိုဖတ်ခြင်းသည်
 လည်း စွန့်သဖြစ်၏။

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي ذَنْبِي وَوَسِّعْ لِي فِي دَارِي
 وَبَارِكْ لِي فِي رِزْقِي (مل الإيم واليعة لمنا)

၃။ လက်နှစ်ဖက်လုံးကို လက်ကောက်ဝတ်အထိ ဆေးခြင်း။
 (အဗူအိဗူးဒ်ကျမ်း။ တွဲ-၁၊ စာ-၁၅)

၄။ တံပူတိုက်ခြင်း။ အကယ်၍ တံပူမရှိလျှင် လက်ခောင်းဖြင့်
 သွားများကိုတိုက်ခြင်း။ (မရာကီးယွလ်ပလားဟ်)

၅။ ပလုပ် (၃) ကြိမ် ကျင်းခြင်း။
 (အဗူအိဗူးဒ်ကျမ်း။ တွဲ-၁၊ စာ-၁၄)

၆။ နှာခေါင်းအတွင်းသို့ (၃)ကြိမ်ရေထည့်၍ဆေးခြင်း။ (၃)ကြိမ်
 နှပ်ညှစ်ပေးခြင်း။ (အဗူအိဗူးဒ်ကျမ်း။ စာ-၁၄၊ ၁၅)

၇။ ရိုးဟ်ဥပုသ်တောင့်ထိန်းထားခြင်းမရှိလျှင် ပလုပ်ကျင်းခြင်း နှင့် နှာခေါင်းတွင်းသို့ ရေထည့်ခြင်းကို ပိုမိုတိကျစွာ ပြလုပ် ခြင်း။ (အဗူဒါဝူးဒ်ကျမ်း၊ စာ-၁၉၊ မရာဂ်၊ စာ-၃၉)

၈။ အစိတ်အပိုင်းဘိုင်းကို (၃) ကြိမ် ဆေးခြင်း။
(ပုခါရီကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၂၇)

၉။ မျက်နှာဆေးကြောရာ၌ မုတ်ဆိတ်အောက်ပိုင်းနှင့် မုတ်ဆိတ် မွေးပျားအကြားတွင် လက်ချောင်းများဖြင့် ခေလားလ်ပြု ထည့်သွင်းဆေးကြောခြင်း။

(အဗူဒါဝူးဒ်ကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၁၉)

အကျိုးစကားတစ်ခုနိုး။ ။ မုတ်ဆိတ်ပျားအကြား ခေလားလ်ပြု ခြင်း၏ ဂုဏ်သနည်းလမ်းမှာ မျက်နှာကို သုံးကြိမ်ဆေးကြောပြီး နောက် လက်ဖဝါးတွင် ရေထည့်ပြီး မေးအောက်နားသို့ ရေပတ် ကာ မုတ်ဆိတ်ပျားအကြား ခေလားလ်ပြု ပွတ်သပ်ဆေးကြောပါ။ ငြီးနောက် ဤသို့ရွတ်ဆိုပါလေ။

(شَايَ بِلَا سَمْعًا) هَكَذَا أَمَرَنِي رَبِّي

(ရှာပီကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၈၇)

၁၀။ လက်နှစ်ဖက်၏ လက်ချောင်းများကို အချင်းချင်းပူးယှက်၍ ပွတ်သပ်ဆေးကြောခြင်း၊ ခြေချောင်းများကြားတွင်မူကား လက်ဝဲလက်သန်ဖြင့် ပွတ်သပ်ခြင်း။

(အဗူဒါဝူးဒ်ကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၁၉)

၁၁။ ဦးခေါင်းတစ်ခုလုံးကို (မစဟ်) နိုသောလက်ဖြင့် တစ်ဩမ်
ပွတ်သပ်ခြင်း။

(ဇိဘာယက်၊ တွဲ-၁၊ စာ-၁၃၂)

ရှာမိကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၈၉)

၁၂။ ဦးခေါင်းနှင့်အတူ နားများကို (မစဟ်) ပွတ်သပ်ခြင်း။

(နစာအီကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၁၆)

၁၃။ (နစာအီကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၁၆) ဝုဒ္ဓုဠာရာတွင် ဆေးကြော
ရာသာ အဓိတ်အပိုင်းများကို လက်ဖြင့်တိုက် ဆေးကြော
ခြင်း။

(မရာကီကျမ်း၊ စာ-၄၀)

၁၄။ စဉ်ဆက်မပြတ် ဝုဒ္ဓုဠာခြင်း။ (မရာကီကျမ်း)

၁၅။ အစဉ်လိုက် ဝုဒ္ဓုဠာခြင်း။ (ဟိဒါယတ်ကျမ်း၊ တွဲ-၁)

၁၆။ လက်ယာဘက်မှ စတင်ပြုခြင်း။ (ဗုခါရီကျမ်း၊ စာ-၂၈၊
ဝုဒ္ဓုတွင် ညာဘက်မှ အစပြုခြင်း)

၁၇။ မစဟ်ကို ဦးခေါင်း၏အရှေ့ပိုင်းမှ စတင်ခြင်း။

(ဗုခါရီကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၃၀)

၁၈။ လည်ဂုတ်ကို မစဟ်ပြုခြင်း။ လည်ပင်းကို (မစဟ်) မပွတ်
သပ်ရပေ။ လည်ပင်းကို (မစဟ်) ပွတ်သပ်ခြင်းသည်
ငစ်ဒ်အသ် (တရားသစ်ဟိထွင်ခြင်း) ဖြစ်၏။

(ဗရာကီကျမ်း၊ စာ-၁၄)

ဝုရုပြုပြီးသောအခါ ကလေးမတ်ရှဟာသ် ရွတ်ဆိုပြီးနောက်
ဤဒုအာကို ရွတ်ဆိုပါ။

اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي مِنَ التَّوَّابِينَ وَاجْعَلْنِي
مِنَ الْمُسْتَغْفِرِينَ ۝ (ترمذى: ၂၈၁)

(သိရိမိကျမ်း။ တွဲ-၁ စာ-၁၄)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ (အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်) ကျွန်တော်မျိုးကား
မိမိတို့၏အမှားများကို ဝန်ခံသူတို့တွင်လည်းကောင်း၊ သန့်ရှင်းစင်
ကြယ်သူများတွင်လည်းကောင်း ပါဝင်စေတော်မူပါ။

အကျိုးစကားတစ်ခုန့်။ ။ ဤဒုအာနှင့်စပ်လျဉ်း၍ မင်္ဂလာကောင်း
ကျမ်းရှင် မုလ္လာအလီကာဗီ (رحمة الله عليه) သခင်က မိန့်တော်မူ
သည်မှာ...

“ဝုရုပြုခြင်းသည် အပြင်ပိုင်းသန့်ရှင်းမှုဖြစ်ပြီး၊ ဤဒုအာ
တွင် အတွင်းပိုင်းသန့်ရှင်းစေရန် (ငါ) အတွင်းသန့်ရှင်းမှုကို အလ္လာဟ်
အရှင်မြတ်ထံတော်ဝယ် လျှောက်ထားချက်ပါရှိလေသည်။ အပြင်
ပိုင်းသန့်ရှင်းမှုသည် ကျွန်တော်တို့၏လက်ဝယ် ပြုကျင့်နိုင်သည့်
အတွက် ကျွန်ုပ်တို့ ပြုလုပ်ပြီးပြီဖြစ်လေရာ ယခု အရှင်မြတ်သည်
မိမိ၏ ရဟ်မသ်၊ ရုဟာတော်ဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏အတွင်းပိုင်း
ကိုလည်း သန့်စင်အောင် ပြုလုပ်ပေးသနားတော်မူပါ။



ဝုဇ္ဈင်္ဂ ဖရ် (၄) ပါး

အထက်ဖော်ပြပါနည်းလမ်းမှာ စွန့်သံတော်နှင့်အညီဖြစ်သည်။
ဝုဇ္ဈင်္ဂ အချို့သောကိစ္စရပ်များသည် ဖရ်တာဝန်ဝတ္တရားဖြစ်ပြီး
၎င်းတို့အနက် အချက်တစ်ချက် လွတ်သွားခဲ့လျှင်ဖြစ်စေ၊ ကျန်ခဲ့
လျှင်ဖြစ်စေ ဝုဇ္ဈ လုံးဝမပိုင်ချေ။ ထိုအချက်များသည် ဖရ်ဖာချက်
များပင်ဖြစ်၏။

- ၁။ မျက်နှာတစ်ခုလုံးကို တစ်ကြိမ်ဆေးကြောခြင်း။ (နူးဆံစမှ
မေးအောက်အထိ နားနှစ်ဖက်နှစ်ချက်အထိ မျက်နှာလစ်
ခြင်း)
- ၂။ လက်နှစ်ဖက်ကို တတောင်ဆစ်ပါ တစ်ကြိမ်ဆေးကြော
ခြင်း။
- ၃။ ဦးခေါင်း ၄ ပုံ ၁ ပုံကို တစ်ကြိမ် (မစက်) ရေဖြင့်ပွတ်
သပ်ခြင်း။
- ၄။ ခြေနှစ်ဖက်ကို ခြေမျက်စိပါ တစ်ကြိမ် ဆေးကြောခြင်း။
ဤအချက်လေးချက်ကို ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ဝုဇ္ဈအထ
ပြောက်သွားပေမည်။ သို့သော် စွန့်သံတော်နှင့်အညီ
ဝုဇ္ဈဖြူခြင်းအားဖြင့် ဝုဇ္ဈပြည့်စုံပြီး အကျိုးဝဝါးစ ပိုမို၍
ရရှိပေသည်။

ရေချိုးခြင်း၏ စွန့်သံနည်းလမ်း

ရေချိုးနည်းမှာ ရှေးဦးစွာ လက်နှစ်ဖက်ကို လက်ကောက်
ဝတ်အင်္ကျီ ဆေးကြောရ၏။ ထို့နောက် ကျင်ကြီးကျင်ငယ်သွားရာ
နေရာများကို ဆေးကြောရမည်။ (လက်နှင့် ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့်ရာ
နေရာများတွင် အညစ်အကြေးရှိသည်ဖြစ်စေ၊ မရှိသည်ဖြစ်စေ

ဟုၤသြေအနေတိုင်းတွင် လက်နှင့် အညစ်အကြေးစွန့်ရာ ခွါရများကို ဆေးကြောရမည်။ တစ်ဖန် ခန္ဓာကိုယ်ပေါ် တစ်နေရာရာတွင် မနီ (သုတ်ရည်) သို့မဟုတ် အညစ်အကြေးတစ်စုံတစ်ရာ ပေကျံ နေသော် ဦးဖျာထမ ဝှင်းကိုလည်း ဆေးကြောပါလေ။ ထိုနောက် စွန့်သံနည်းလမ်းနှင့်အညီ ဝုဗ္ဗုပြုရမည်။ အကယ်၍ ရေခိုးသည် နေရာတွင် ရေများစွာအိန်နေသော် ထိုနေရာတွင် ခြေနစ်ဖက်ကို မဆေးပါနှင့်။ (ပြီးနောက်မှသာလျှင် ရေမအိုင်သောနေရာ တစ်နေရာရာ၌ ခြေဆေးကြောရမည်) ဝုဗ္ဗုပြုပြီးနောက် ဦးခေါင်းပေါ် သုံးကြိမ်ရေလောင်းပါ။ (ခေါင်းမှ ခြေအထိ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံး စွတ်စိုသွားအောင် ရေလောင်းရပေမည်) ခန္ဓာကိုယ်ကို လက်နှင့် နေရာအနှံ့ ပွတ်တိုက်ဆေးကြောပါ။ (တစ်နေရာမှ ခြောက်သွေ့ မှန်မနေစေ) အကယ်၍ အပွေးအမှင်တစ်ဖက်မျှ နေရာလပ်ကာ ခြောက်သွေ့ကျန်ရစ်ခဲ့သော် ရေခိုးခြင်း အထမပြောက်ပေ။

အချုပ်မှာ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ကိုယ်လုံး နှံ့ဝပ်အောင် နေရာ လပ်မကျန်မပျံ့ (ကြိုးစား၍) ရေလောင်းခိုးရပေမည်။

ရေခိုးပြီးနောက် ခန္ဓာကိုယ်ကို အဝတ်ဖြင့် သုပ်ခြင်းသည် စွန့်သံဖြင့် မကုသို အဝတ်ဖြင့်မသုတ်ဘဲ ထားခြင်းလည်း စွန့်သံပြစ် သည်။ မိမိကြိုက်နှစ်သက်ရာ စွန့်သံ၏နိယာသ်ပြုပြီး (ဝါ) စွန့်သံ ပြစ်သည်ဟု သေစွဲပြီး ကုသုံးနိုင်သည်။

(ပိဋကားသံကျမ်း၊ နုစာအိကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၃၁)

သိင်္ဂဗိဇ္ဇာကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၁၈)

ရေခိုးခြင်း၏ ဖရိုဏ်တာဝန်များ

ရေခိုးရာ၌ အသို့သောအချက်များ ဖရိုဏ်တာဝန်ဖြစ်ပြီး ၎င်း အချက်များကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်းမပြုပါက ရေခိုးသည် တာဝန် မကျေပါ။ ရေခိုးခြင်း၏ ဖရိုဏ် စည်းကမ်းများကို သိမှတ်

ထားရန် အလွန်အရေးကြီးသည်။ ရေခဲချော့ဖွဲ့ ဖရဲတောဝန်ကြီး

(၃) ရပ်ငိုဇ်။

၁။ ခံတွင်းကိုဆေးခြင်း (ပလုပ်ကျင်းခြင်း) ပါးစပ်တစ်ခုလုံး နှာနဲ့
အထိပင် ပေးရမည်။

၂။ နှာခေါင်းအတွင်း ဆေးကြောခြင်း။

၃။ တစ်ကိုယ်လုံးကို ခရမ်းနီအောင်လောင်း၍ ချိုးခြင်း။

(ဗဟင်ဂူသီလေဝဓိ တွဲ-၁)

အစာနံနှင့် အိကာမသ်၏ စွန့်သ်တော်များ

၁။ အစာနံနှင့် အိကာမသ်ကို ကိပ်လတ်ဘက်သို့မျက်နှာမူ၍
ဆိုခြင်း။

(မဇာကီ၊ စာ-၁၀၆၊ အေဒ်လာအွတ်စ်စုနန်း)

၂။ အစာနံ၏တစ်ဖက်ကို ဆိုင်း၍ ဆိုင်း၍ ဆိုခြင်းနှင့် အိကာ
မသ်ကို လျင်မြန်စွာဆိုခြင်း။

(သိရိဝိဇီကျမ်း၊ တွဲ-၁ စာ-၄၈)

၃။ အစာနံဆိုရာ “ဟိုက်ယအလင်ဆွဲလားဟ်” ဆိုသောအခါ
လက်ယာဘက်သို့ မျက်နှာလှည့်ခြင်း “ဟိုက်ယအလင်
ဖွလားဟ်” ဆိုသောအခါ လက်ဝဲဘက်သို့ မျက်နှာလှည့်ခြင်း
စွန့်သ်ဖြစ်လေသည်။ သို့သော် ရင်ဘက်နှင့် ခြေထောက်
သည် ကိပ်လတ်ဘက်သို့သာ ဦးတည်ထားရမည်။

(မဇာကီ၊ စာ-၁၀၆၊ ဂူမိကျမ်း)

၄။ အစာနံသံကြားသူတို့က ထိုအတိုင်းပင်လိုက်၍ ဆိုသင့်ပေ
သည်။ သို့သော် “ဟိုက်ယအလင်ဆ်ဆွဲလားဟ်” နှင့်
“ဟိုက်ယအလင်ဖွလားဟ်” ကြားသောအခါ

لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ

ဟူ၍ ဆိုရမည်။

(ဗုခါနီကျမ်း၊ မှတ်စလင်မ်ကျမ်း)

၅။ ဗဂျရ်၏အစာနံဟွင်

الْصَّلَاةُ خَيْرٌ مِنَ النَّوْمِ

“အ(ဝါ)ဆွလာသုခိုင်း၊ ရွမ်မိနန်နောင်းမိ” ကို ကြားသော အခါ

صَدَقْتَ وَبَرَرْتَ . (مِائِيَةُ مَرَّةٍ)

“ဆွဒင်ကံသ ဝဗရင်သ” ဟူ၍ ဆိုရပေမည်။

(ဗုခါနီနှင့် မှတ်စလင်မ်ကျမ်း)

၆။ အိကာမသ်ဆိုသံကို ကြားသူတို့က ထိုအတိုင်းပင် လိုက်ဆို ရပေမည်။ သို့သော်

قَدْ قَامَتِ الصَّلَاةُ

“ကပ်ကာမသစ်သ်ဆွာလားသ်” ကို ကြားသောအခါ

أَقَامَهَا اللهُ وَأَدَامَهَا

“အကာမဟလ်လားဟု ဝအဒီးမဟာ” ဟူ၍ ဆိုရပေမည်။

(အဗုဒါဗူးဒ်ကျမ်း)

၇။ အစာနံဘ် အပြေပေးပြီး “ဗဂျရ်ဂျရ်” ဖတ်ခြင်း စနုသ် ဖြစ်၏။ (မှတ်စလင်မ်ကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၁၆၆)

اَللّٰهُمَّ رَبِّ هَذِهِ الدَّعْوَى السَّامَةِ
وَالصَّلَاةِ الْقَاسِيَةِ اَتِ مُحَمَّدًا اَوْسَيْلَةً
وَالْفَضِيْلَةَ وَاَبْعَثْهُ مَقَامًا مَّخْمُوْدًا الَّذِي
وَعَدْتَهُ اِنَّكَ لَا تُخْلِفُ الْوَعْدَ ۝

အဓိပ္ပာယ်။ ။ ဟို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ ဤပြည်စုံလှစွာ
သော ဇိတ်ခေါ်ချက်ကိုလည်းကောင်း။ ဆောက်တည်အံ့ဆဲဆဲ
ဖြစ်သော ဆူလာသ်ဝတ်ပြုမှုကိုလည်းကောင်း၊ ပိုင်ဆိုင်တော်မူ
သော အရှင်မြတ်၊ အရှင်မြတ်သည် တမန်တော်မြတ် မုဟမ္မဒ်
အား “ဝဇီလဟ်” ပြုပြန်လှစွာသော အဆင့်အတန်း
ကိုလည်းကောင်း၊ “ဗွဇီးလဟ်” အကျိုးထူးကိုလည်းကောင်း၊ ချီးမြှင့်
ပေးသနားတော်မူပါ။ ထို့ပြင် အရှင်မြတ်သည်၊ ထို (မုဟမ္မဒ် အား
သခင်) အား ငိမိကတ်ပြုတော်မူခဲ့သော “မကာမေမဟ်ပူဇ်”
ဟူသော နေရာသို့ ပို့ဆောင်တော်မူပါ။ ဧကန်အမှန် အရှင်မြတ်
သည် (ငိမိပြုထားတော်မူသော) ကတိတော်ကို ဖောက်ဖျက်တော်
မူသည်မဟုတ်ပါ။ انك لا تخلف الوعد

ဤစာပိုဒ်သည် ဗုခါရ်ကျမ်း၌ပါရှိပါ။ အိမာမ်
ဗိုင်ဟကီး (رحمة الله عليه) သခင် ကဗိုနာနေကဗီးရ်ကျမ်း၌ ဆင့်ပြန်
ထားပေသည်။ (ဟက်ဆွံနေဟေဆွီးကျမ်း)

လူအများ နှုတ်ကျိုးနေသည့်

وَاللَّارِجَةَ الرَّفِيَّةَ

“ဝစ်ဒရုဿသိဒ္ဓိအသ” စာပိုဒ်နှင့် နောက်ဆုံးတွင် “ယာအရ်
ဟမရ်ဟိမိန်” ဟူသောစာပိုဒ်များသည် ခိုင်လုံသော အထောက်
အထား ဟဒီးသ်တော်များတွင် လုံးဝမရှိပါ။ မွလ္လာအလီကာရီ
(رحمة الله عليه) သခင် မစ်ရ်ကာသ်ကျမ်း၊ အတွဲ-၂၊ စာ-၁၆၃
တွင် ရေးသားဖော်ပြထားသည်မှာ...

وَأَمَّا زِيَادَةُ "وَالدَّرَجَةُ الزَّيْنَةُ"
الْمُسْتَهْرَةُ عَلَى الْأَلْسِنَةِ فَقَالَ النَّخَاوِيُّ
لَمْ أَرَ فِي شَيْءٍ مِنَ الرِّوَايَاتِ.

အကျိုးစီးပွားအရ။ ။ ဤဒုအာကို ဖတ်ရွတ်ခြင်းဖြင့် တမန်တော်
မြတ် ﷺ ၏ “ရှုဖွယ်အသ” ကြားဝင်အသနားခံပေးမှုကို ရရှိပြီး
“ကောင်းသောသေခြင်း” ဟူသည့် ဆုလာဘ်တော်ကို ရရှိပေ
မည်။ (ဝါ) အိမာန်နှင့်တကွ ကွယ်လွန်ပေမည်။
(မိရ်ကာသ်ကျမ်း)

နမာဇ်၏စွန့်သ်တော် (၅၁) ခု

ကိယာမ်ရပ်ရာတွင် ပြုကျင့်ရမည့် စွန့်သ်တော် (၁၁) ခု

- ၁။ သက်ဗီရေသဟ်ရီဟ် ဆိုသည်အခါ တည့်တည့်မတ်မတ်
ရပ်ခြင်း၊ ဦးညွတ်ဟန်မပြုရ။
(သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၃)
- ၂။ ခြေနှစ်ခုအကြားတွင် လက်လေးချောင်းခွာထားခြင်း။ (သွဟ်
သွာဝီကျမ်း) ၎င်းပြင် ခြေချောင်းများကို ကိပ်လတ်ဘက်
သို့ တည့်မတ်စွာထားခြင်း။ (ရှာဖီကျမ်း)

မှတ်ချက်။ ။ အချို့သောသာသနာ့ပညာရှင်များက လက်
လေးချောင်းခွာထားခြင်းကို မှတ်စံသဟင်္ဂဟု ဆိုကြပေသည်။
သို့သော် ဖိကာဟ်ပညာ၌ စွန့်သံအား မှတ်စံတဟင်္ဂဟု ခေါ်နိုင်ပေ
သည်။ မှတ်စံသဟင်္ဂဖြစ်သော အချက်များကိုလည်း စွန့်သံဟု
ခေါ်ဝေါ်သုံးနိုင်သည်။ (ရှာမီကျမ်း၊ တွဲ-၁ စာ-၆၁၂)

၃။ မှတ်ကံသဒ္ဓိနောက်လိုက်၏ သက်ဗီရေသဟ်နိမဟ်သည်
အိမာမ်ရှေ့ဆောင်၏ သက်ဗီရေသဟ်နိမဟ်နှင့် တစ်ပြိုင်
တည်းရွတ်ဆိုခြင်း။ (သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၀)

မှတ်ချက်။ ။ မှတ်ကံသဒ္ဓိ နောက်လိုက်၏ သက်ဗီရေသဟ်
နိမဟ်သည် အိမာမ်၏သက်ဗီရ်ပတိုင်မိ ပြီးဆုံးသွားခဲ့သော (الْحَمْدُ)
နောက်လိုက်ပြုခြင်း မပိုင်ပေ။

၄။ သက်ဗီရေသဟ်နိမဟ် ရွတ်ဆိုသောအခါ လက်နှစ်ဖက်ကို
နားရွက်အထိ ပင့်မြှောက်ခြင်း။

(အပူဒါဝူးဒ်ကျမ်း၊ တွဲ-၁ စာ-၁၀၅၊ ၁၀၈)

၅။ လက်ဖဝါးများကို ကိပ်လတ်ဘက်သို့ လှည့်ထားခြင်း။
(သွဟ်သွာဝီ၊ စာ-၁၅၂၊ ရှာမီကျမ်း၊ တွဲ-၁ စာ-၁၅၆)

၆။ လက်ချောင်းများကို မစိပ်ခကြ အနေတော်ထားခြင်း။

၇။ လက်ဝဲတက်ပေါ်တွင် လက်ယာလက်တင်လက် ပိုက်ခြင်း။
(သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၀)

၈။ လက်မနှင့် လက်သန်းကို ကွင်း၍ လက်ကောက်ဝတ်နှင့်
လက်ဖဝါးကြားရှိ အဆစ်ကို ဆုပ်ကိုင်ခြင်း။

(သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၀)

၉။ အလယ်လက်ချောင်း သုံးချောင်းကို လက်ကောက်ဝတ်
အပေါ် ထားခြင်း။

၁၀။ ချက်အောက်၌ လက်မှတ်ခြင်း။

(ရှာပီကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၁၇၄ သွတ်သွာပီကျမ်း)

၁၁။ စနာ ရွတ်ဖတ်ခြင်း။

(အေဆ်လာအွမ်စုနန်း၊ တွဲ-၂၊ စာ-၁၇၄ မှ ၁၇၇)

ကိရအသ်၏ စွန့်သ်တော် (၇) ခု

၁။ သဒအောင်ဝုဇ် (အာဂူဇင်လ်လားဟ်) ရွတ်ဖတ်ခြင်း။
(သွတ်သွာပီကျမ်း၊ စာ-၁၄၁)

၂။ သတ်စ်ဗိယဟ် (ဝါ) ဂုကအသ်တိုင်း၏အဖေပွင် ဗိဇ်ဗိလ္လာက
ရွတ်ဖတ်ခြင်း။ (သွတ်သွာပီကျမ်း၊ စာ-၁၄၁)

၃။ တိုးတီးစွာအာမီးနိဆိုခြင်း။ (သွတ်သွာပီကျမ်း၊ စာ-၁၄၂)

၄။ ဖျရ်နှင့် ဂုရုနုနုဟ်များတွင် သို့ဝါ၊ လေ့မုဖတ်ဆ်ဆွလ်
(ဝါ) ကုရ်အာန်ကျမ်းတော်ပြတ် အစောင် ၂၆ ရှိ ဂုရုက
ဟုဂျရားသ်မှ အစောင် ၃၀ရှိ ဂုရုကဗုရ်အသ်၊ အဆွရ်နှင့်
ဆိရာအ်တွင် အောင်ဖာသေ့မုဖတ်ဆ်ဆွလ် (ဂုရုကဗုရ်မှ
ဂုရုလမ်ယကွန်အသ်) နှင့် မဂ်ရိန်နုဟ်တွင် ကိစ္စာခရ
မုဖတ်ဆ်ဆွလ် (ဂုရုလမ်ယကွန်မှ နားဇ် အသ်) ရှိ
ဂုရုများအနက်မှ ဂုရုတင်ပုဗ်ပုဗ် ရွတ်ဖတ်ခြင်း။
(သွတ်သွာပီကျမ်း၊ စာ-၁၄၄)

၅။ ဝဂျရ်၏ ပထမဂုကအသ်ကို ခပ်ရှည်ရှည် ဖတ်ခြင်း။
(သွတ်သွာပီကျမ်း၊ စာ-၁၄၄)

၆။ စနာ၊ သဒအောင်ဝုဇ်၊ သတ်စ်ဗိယဟ်နှင့် အာမီးနိကို
တိုးတီးစွာရွတ်ဆိုခြင်း။ (မရာကီ၊ စာ-၁၄၂)

၇။ ဖရစ်၏ ဟတ်ယနှင့် ဝတုတ္ထဂုကအသ်များတွင် ဂုရုက
ဖာသိုဟဟ်ကိုသာ ရွတ်ဖတ်ခြင်း။

(သွတ်သွာပီကျမ်း၊ စာ-၁၄၇)

ရုက္ခာ၏ စွန့်သံတော် (ဂ) ရပ်

- ၁။ ရုက္ခာ၏ ဦးညွတ်ခြင်း၏ သက်ပီရိဆိုခြင်း။
(သွတ်သွာဝီ၊ စာ-၁၄၄)
- ၂။ ရုက္ခာတွင် ခူးများ၊ လက်နှစ်ဖက်ဖြင့် ကိုင်ခြင်း။
(သွတ်သွာဝီ၊ စာ-၁၄၅)
- ၃။ ခူးများကို ဆုပ်ကိုင်ရာတွင် လက်ချောင်းများကို ချဲ့ထားခြင်း။
(သွတ်သွာဝီ၊ စာ-၁၄၅)
- ၄။ ကျောက် ညီညာဖြောင့်တန်းစွာထားခြင်း။
(ရှာမီကျမ်း၊ တွဲ-၁ စာ-၃၅၆)
- ၅။ ခြေသလုံးများကို တညီမတ်စွာထားခြင်း။
(ရှာမီကျမ်း၊ တွဲ-၁ စာ-၃၅၆)
- ၆။ ဦးခေါင်းနှင့် တင်ပါးကို ဘပြေညီတည်းဖြစ်စေခြင်း။
(ရှာမီကျမ်း၊ တွဲ-၁ စာ-၃၅၆)
- ၇။ ရုက္ခာတွင် سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ ၃ ကြိမ် ရွတ်ဆိုခြင်း။
(သွတ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၄)
- ၈။ ရုက္ခာ၏မှ ထသောအခါ အိဟင်အဖို့
سَمِعَ اللَّهُ لَكُمْ حَمْدَهُ အသံကျယ်လောင်စွာ ရွတ်ဆိုခြင်း။
မှက်သဒီ နောက်လိုက်အဖို့ رَبَّنَا الْكَافُورُ ကို တိုးတီးစွာ
ရွတ်ဆိုခြင်း။ ဖွန်ပရစ်တစ်ဦးတည်းဖတ်သူသည် (စမိ) နှင့်
(ရမ္မနာ) နှစ်ခုလုံးကို တိုးတီးစွာရွတ်ဆိုခြင်း။ ၎င်းပြင် ရုက္ခာ၏
ပြုပြီးနောက် တည်ငြိမ်စွာဖြင့် တညီမတ်စွာရပ်ခြင်း။
(ရှာမီကျမ်း၊ အတွဲ-၁ စာ-၃၂၇)

စက်ဒဟ်၏စွန့်သ်တော် (၁၂) ခု

- ၁။ စက်ဒဟ်သွားရာတွင် သက်ဦးရ်ဆိုခြင်း။
(ရှာမီကျမ်း၊ တွဲ-၁ စာ-၃၅၂)
- ၂။ စက်ဒဟ်ပြုရာတွင် ရှေးဦးစွာ ခူးထောက်ခြင်း။
(ရှာမီကျမ်း၊ တွဲ-၁ စာ-၃၉၈၊ သွဟ်သွာဝီ၊ စာ-၁၄၅)
- ၃။ ထို့နောက် လက်နှစ်ဖက်ကိုထားခြင်း။ (ရှာမီကျမ်း)
- ၄။ ထို့နောက် နာမခေါင်းကို ကြမ်းပြင်နှင့်ထိစေခြင်း။
(ရှာမီကျမ်း)
- ၅။ တစ်ဖန် နဖူးကို ခူးထားခြင်း။ (ရှာမီကျမ်း)
- ၆။ စက်ဒဟ်ပြုရာတွင် ဦးခေါင်းကို လက်နှစ်ဖက်အကြား၌ ချခြင်း။ (ရှာမီကျမ်း)
- ၇။ စက်ဒဟ်တွင် ပေါင်များကို ဝင်းဝိုက်မှခွာထားခြင်း။
တတောင်ဆစ်များကို နံဘေးမှခွာထားခြင်း။
(သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၆)
- ၈။ တတောင်ဆစ်များကို ကြမ်းနှင့်မထိစေခြင်း။
- ၉။ စက်ဒဟ်တွင် “سَبَّحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى ၃ ကြိမ် ရွတ်ဆိုခြင်း။
- ၁၀။ စက်ဒဟ်မှထရန် သက်ဦးရ်ဆိုခြင်း။ (ရှာမီကျမ်း)
- ၁၁။ စက်ဒဟ်မှပြန်ရပ်ရာတွင် ဦးစွာ နဖူးကိုလည်းကောင်း၊ ထို့
နောက် နာမခေါင်းကိုလည်းကောင်း၊ ထို့နောက် လက်များ
ကိုလည်းကောင်း၊ ထို့နောက် ဒူးများကိုလည်းကောင်း အစဉ်
လိုက်ခွာ၍ ပြန်ရပ်ခြင်း။
(ရှာမီကျမ်း၊ တွဲ-၁ စာ-၃၆၈၊ သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၅)
- ၁၂။ စက်ဒဟ်နှစ်ခုကြားတွင် တည်ငြိမ် တည်မတ်စွာထိုင်ခြင်း။
(သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၅)

ကဆံဒဟ် (ထိုင်ခြင်း) ၏ စွန့်သံကျင့်စဉ် (၁၃) ခု

- ၁။ ညာခြေဖျားကိုထောက်ထားပြီး ဘယ်ခြေကိုင်း၍ထိုင်ခြင်း။
(သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၆)
(ခြေချောင်းများကို ကိပ်လဟ်ဘက်သို့ လှည့်ထားပါ)
- ၂။ လက်နှစ်ဖက်ကို ပေါင်ပေါ်တင်ထားခြင်း။ (သွဟ်သွာဝီကျမ်း)
- ၃။ “သရဟ်ဟွံဒ်” ဖတ်သည့်အခါ “လာဒိလာဟ” ဆိုလျှင်
လက်ညှိုးထောင်ပြီး “အိလ္လာဟ” ဆိုသောအခါ လက်
ညှိုးကို ပြန်ချလိုက်ခြင်း။ (သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၇)
- ၄။ ကဆံဒဟ်အစီးရယ် (နောက်ဆုံးထိုင်ခြင်း) တွင် ဒဏ္ဍင်ရှုရိပ်
ဖတ်ခြင်း။ (သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၇)
- ၅။ ဒဏ္ဍင်ရှုရိပ်ဖတ်ပြီးလျှင် ကုရ်အာန်ကျမ်းမြတ်နှင့် ဟဒီးဆ်
ကျမ်းများတွင်လာရှိသော ဒုအာများကို ဖတ်ခြင်း။
(သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၈)
- ၆။ ညာဘက်၊ ဘယ်ဘက်သို့ စလောင်လှည့်ခြင်း။
(သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၉)
- ၇။ ညာဘက်မှစ၍ စလောင်လှည့်ခြင်း။ (သွဟ်သွာဝီကျမ်း)
- ၈။ စလောင်လှည့်ရာတွင် အိမာမ်အနေဖြင့် မွတ်က်သဒီနောက်
လိုက်များ မလာဒိကဟ် ကောင်းကင်တမန်များ မွန်မြတ်
သောကျင့်နံများ ရည်စူးခြင်း။
(သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၉)
- ၉။ မွတ်က်သဒီများအနေဖြင့် အိမာမ်၊ မလာဒိကဟ် ကောင်း
ကင်တမန်များ မွန်မြတ်သောကျင့်နံများနှင့် မိမိ၏ဘယ်ညာ
ရှိ နမာဇ်ဖတ်သူများကို ရည်စူးခြင်း။
(သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၅၀)

၁၀။ တစ်ဦးတည်းဖတ်သူအဖို့ မလာအိကဟ် ကောင်းကင်တမန်
များကိုသာ ရည်မှန်းခြင်း။

(သွတ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၅၀)

၁၁။ မွက်သဒ္ဒါများအနေဖြင့် အိမာမ်နှင့်အတူ စလောင်းလှည့်ခြင်း။

(သွတ်သွာဝီကျမ်း၊ ၁၅၀)

၁၂။ ဒုတိယစလောင်း၏အသံကို ပထမစလောင်း၏အသံထက် နိမ့်ချ
ခြင်း။

(သွတ်သွာဝီကျမ်း၊ ၁၅၀)

၁၃။ မက်စ်ဗူးက် (အိမာမ်က နမာစ်အစပြုပြီး (၁)ရက်အသံ
(သို့) ရက်အသံအချို့ဖတ်ပြီးမှ ပါဝင်၍ နမာစ်ဖတ်သူ)
အနေဖြင့် အိမာမ် စလောင်းလှည့်ပြီးသည်ထိ စောင့်ဆိုင်း
ခြင်း။

(သွတ်သွာဝီကျမ်း)

နမာင်၏ ဗရင်တာဝန်များ

၁။ (သက်ဒီရေသဟ်ရီမဟ်) ဆိုခြင်း။

၂။ (ကိယားမ်) မတ်တတ်ရပ်ခြင်း။

၃။ ကိရာအသံ ကုရ်အာန်ကျမ်းမြတ်၏ စူရဟ်တစ်ပုဒ် (သို့)
အာယသ်တော်များ ရွတ်ဖတ်ခြင်း။

၄။ (ရကူတ်) ဦးညွှတ်ခြင်း။

၅။ (စိရ်ဒဟ်) ၂ ကြိမ် ဦးချခြင်း

၆။ (ကတ်ဒဟ်အဝီရဟ်) နမာစ်အပြီး၌ 'အတ်သဟ်ယာဆာ်'
ရွတ်ဆိုသမျှ ကြာအောင် နောက်ဆုံးထိုင်ခြင်း။

အထက်ပါ ဖရ်ဒ်အချက်များအနက် ဖရ်ဒ်တစ်စုံတစ်ရာ လွတ်
သွားခဲ့လျှင် နမာစ် လုံးဝမပိုင်ပေ။ တစ်ဖန် ပြန်ဖတ်ရပေ
မည်။

မှတ်ချက်။ ။ နမာဏ် ဝါဂျိမ်အချက်များ။ နမာဏ်ပျက်စေသော အချက်များ စသည့် မဆံအလဟ်များကို ဟစ်ရှ်သီဇေဝန် (သို့) မဇ္ဈာဟေရ်အူလူမ်စဟာရန်ပူးရ်၏ မှတ်သီချ်ဟောင်း ဟစ်ရသ် မှတ်သီစအီးဒ် အဟ်မဒ်သခင်ကြီး ပြုစုခဲ့သော “အိုင်နာ အေနမာဏ်ကျမ်း” များ၌ လေ့လာဖတ်ရှုပြီး လိုက်နာကျင့်သုံးပါရန် အကြံပြုအပ်ပါသည်။

နမာဏ် ဝါဂျိမ်တာဝန်များ

ဝါဂျိဟသေနမာဏ်ကို ဗဟစ်ရှ်သီဇေဝန်ကျပ်း သို့မဟုတ် မှတ်သီစအီးဒ်အဟ်မဒ် (رحمة الله عليه) ဆရာသခင်ကြီး၏ အာအိနာ ဆေနမာဏ်ကျပ်းတွင် လေ့လာပြီး ကျင့်သုံးပါ။

အပျိုးသမီးပျား၏နမာဏ်၌ ထူးခြားသောဆောင်ရွက်ချက်များ

- ၁။ အပျိုးသမီးများသည် သက်ဗီဇေသဟ်ရီမဟ် ဆိုချ်န့် မိမိလက်များကို ပုခုံးအထိမြှောက်ရမည်။ သို့ရာတွင် လက်များကို ခြုံထည်အပြင်သို့ မထုတ်ရ။
(သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၁)
- ၂။ ရင်ဘတ်ပေါ်တွင် လက်ဖိုက်ရမည်။ ဘယ်လက်ဖမ်းပေါ်တွင် ညာလက်ဖမ်းကိုထားပါ။
(သွဟ်သွာဝီကျမ်း)
- ၃။ ရုက္ခာတ်တွင် အနည်းငယ်သာ ကိုယ်ကိုကိုင်ညွတ်ပါ။ ဒူးအပေါ်လက်ချောင်းများကို ရု၅်တင်ထားပါ။ လက်မောင်းနှစ်ဖက်ကို နံဘေးများနှင့် ကောင်းစွာကပ်ထားပါ။
(သွဟ်သွာဝီကျမ်း)

၄။ စိန့်ဟတ်တွင် ခြေဖျားများကို မထောက်ထားဘဲ ညာဘက်သို့ လှည့်ထုတ်ထားရမည်။ ကောင်းစွာ ပျပ်ဝပ်တွား၍လည်း ကောင်း။ ဝမ်းဗိုက်ကို ပေါင်နှစ်ဖက်နှင့်လည်းကောင်း၊ တံတောင်ဆစ်များကို နံဘေးနှစ်ဖက်နှင့် ပူးကပ်ပြီး ကြမ်းပြင်ပေါ်သို့ ချထားပါ။

(ဗဟိန္ဒုသီဝေဝရ်ကျမ်း၊ တွဲ-၂၊ စာ-၁၇)

၅။ ကအ်ဒဟ်ထိုင်သောအခါ ခြေနှစ်ဖက်ကို ညာဘက်သို့ထုတ်ထားပြီး၊ လက်နှစ်ဖက်ကို မှောင်ပေါ်တင်ထားပါ။ လက်ချောင်းများကို ကောင်းစွာပူးကပ်ထားပါ။

(သွဟ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၁၄၆)

ရှာမိကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၃၂)

အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသမီးတို့အတွက် တူညီသောစည်းကမ်းများ

ကိယာပ်ရပ်နေစဉ် စိန့်ဟတ်ဦးချာသည့်နေရာသို့လည်းကောင်း၊ ရုက္ခအ်ပြုနေစဉ် ခြေဖဝါးများအပေါ်သို့လည်းကောင်း၊ စဂ်ဒဟ်ဦးချနေစဉ် နှာခေါင်းနှင့် ကအ်ဒဟ်ထိုင်သောအခါ ရင်ခွင်ကို ကြည့်ခြင်း၊ စလားမ်လှည့်နေစဉ် ပုခုံးများကိုကြည့်ခြင်း။

သမ်းသောအခါ ပါးစပ်မပွင့်အောင် တတ်နိုင်သမျှ ဂရုပြုခြင်း၊ ဖုံးအုပ်ခြင်း၊ ၎င်းပြင် ချောင်းဆိုးချင်သောအခါ ထိန်းချုပ်ရန် ကြိုးစားခြင်း။

(မုတ်သီစအီးဒ်အဟ်မဒ် (ပေါ့မံမံ) ဆရာကြီး၏

အာအေနာအေနမာဗ်ကျမ်းမှ)

စစ်ရီနမာဗ် (အသံမထွက်အောင် ပြည်းညင်းစွာရွတ်ဖတ်ရသော နမာဗ်) တွင် မိမိရွက်ဖတ်သော အသံကို မိမိကိုယ်တိုင်သာလျှင် ကြားနိုင်အောင် ရွက်ဖတ်ခြင်း။

စလာမ်လှည့်ပြီးနောက် အက်စ်သင်ဖိစ္စလာဟ် (၃) ကြိမ်
ရွတ်ဖတ်ခြင်းသည် စွန့်သံဖြစ်၏။
မရ်ဖ်ဟ်ဖတ်ပြီးတိုင်း ဤဒုအာများကို ရွတ်ဖတ်ပါ။

اَللّٰهُمَّ اَنْتَ السَّلَامُ وَمِنْكَ السَّلَامُ تَبَارَكْتَ
يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْاِكْرَامِ - (صحيح مسلم فتح الباري ၃/ ၂၃၄ جلد ၁)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ အရှင်မြတ်သည်
(ငြိမ်းချမ်းသာယာမှုအပြည့်ရှိတော်မူသောအရှင်) ချမ်းမြေ့သာယာမှု
ချီးမြင့်ပေးသနားတော်မူသောအရှင် ဖြစ်တော်မူ၏။ ၎င်းပြင်
အရှင်မြတ်၏ထံတော်မှသာလျှင် သာယာမှုအပေါင်းရရှိနိုင်ပေသည်။

အို - ဂုဏ်အင်ဒြစ် ပြည့်ဖြိုး ကြီးမြင့် မြတ်
ထွဋ်တော်မူသောအရှင်မြတ်၊ အရှင်မြတ်သည် ကျေးဇူးတော်ပေါင်း
(ဗရ်ကသ်မက်လာအပေါင်း) နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသောအရှင် ဖြစ်
တော်မူ၏။

မှတ်ချက်။ ။ မုလ္လာအလီကရီ (رحمة الله عليه) သခင်က မိရ်
ကားသ်ကျပ်၊ တွဲ-၂ စာ-၂၅၆ တွင် ဤသို့ ရေးသားထား
လေသည်။

اَلَيْكَ يَرْجِعُ السَّلَامُ فَحَيِّتَا رَبَّنَا
وَالسَّلَامِ وَادْخِلْنَا دَارَكَ دَاسِرِ السَّلَامِ

ဟူသော စာပိုဒ်သည် ဟဒီးဆ်အရ အထောက်အထား
မခိုင်လုံပေ။ သို့ပင်မက ဤသည် အချို့သော ပုံပြောကောင်းသူ
များ၏ လုပ်ကြံ ဖြည့်စွက်ချက်မျှသာဖြစ်၏။

(ဟစ်သွံနေဟဆွီးန့်ကျင်း)

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ لَهُ
الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ
قَدِيرٌ (حسن صين)

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَأَعُوذُ
بِكَ مِنْ أَنْ أُرَدَّ إِلَى أَرْدَلِ الْعُمَرِ وَأَعُوذُ
بِكَ مِنْ فِتْنَةِ الدُّنْيَا وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ
عَذَابِ الْقَبْرِ (حسن صين)

(ဟစ်သွံနေဟဆွီးန့်ကျင်း)

အဓိပ္ပာယ်။

။ အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ ကျွန်တော်ပျိုးသည်
သူရဲဘောနည်းခြင်း (သူရဲဘောကြောင်ခြင်း) မှ အရှင်ထံ ကင်းဝေး
မှုရလိုပါ၏။ ၎င်းပြင် အိုမင်းမစွမ်းဖြစ်ရခြင်းမှ အရှင်ထံခိုလှုံပါ၏။
ထို့ပြင် လောကီ၏ မကောင်းဆိုးရွားမှုများတွင် ငြိစွန်းပတ်သက်
ရခြင်းတို့မှ ကင်းဝေးမှုရလိုပါ၏။ ကဗရ်၏ အစား (ကဗရ်၏
အန္တရာယ်ဆိုး) မှ ကင်းဝေးမှုရလိုပါ၏။

(ဂျူပုအဟ်) သောကြာနေ့တွင် ပြုကျင့်ရမည့်စွန့်သံတော်များ

အောက်ဖော်ပြပါ အချက်များကို လက်တွေ့ အကောင်အထည်ဖော် ကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် တစ်နှစ် နှစ်ဖက်ဥပုသ်စောင့်ထိန်းခြင်းနှင့် တစ်နှစ် နမာဇ်ဝတ်ပြုသည့်အကျိုးစီးပွားကို ခြေလှမ်းတိုင်း၌ ရရှိပေသည်။

★ နံနက်ကို အခြားနေ့များထက်ပို၍ စောစောထခြင်း

၁။ ရေချိုးခြင်း (ဗုခါနီ၊ သီရိမိဖိ၊ အိမ်နေမာဂျဟ်ကျမ်း)

၂။ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သောအဝတ်ကို ဝတ်ဆင်ခြင်း။

(အဗူဒါဗူးဒ်ကျမ်း)

၃။ ဗလီသို့ စောစောသွားရန် သောကထားခြင်း။

(သီရိမိဖိ၊ အိမ်နေမာဂျဟ်ကျမ်း)

၄။ ခြေလျင် ဗလီသို့သွားခြင်း။ (အိမ်နေမာဂျဟ်၊ သီရိမိဖိ)

၅။ အိမ်ရှေ့ဆောင်၏အနီးတွင် ထိုင်ရန် ကြိုးစားခြင်း။

(အိမ်နေမာဂျဟ်၊ သီရိမိဖိ)

၆။ အတန်းများတွင် နမာဇ်များပြုည့်နေပါက ၎င်းတို့ကို ကျော်လွှား၍ ရှေ့သို့မတက်ခြင်း။ (အဗူဒါဗူးဒ်ကျမ်း)

၇။ မိမိ၏အဝတ်များကို သို့မဟုတ် ဆံပင်များကို ကိုင်တွယ်ပွတ်သပ်၍ မဆော့ကစားခြင်း။ (အိမ်နေမာဂျဟ်ကျမ်း)

၈။ ခွယ်ဗဟ်ကို အာရုံစိုက်၍ နားထောင်ခြင်း။

(သီရိမိဖိ၊ အိမ်နေမာဂျဟ်ကျမ်း)

မည်သူမဆို သောကြာနေ့တွင် စုရက်ကဟစ်ကို ရွတ်ဖတ်မည်ဆိုလျှင် ၎င်းရွတ်ဖတ်သူအဖို့ အိန္ဒိယနိုင်ငံတော်၏အောက်မှ နိုးကောင်းကင်နှင့်အညီ နှစ်ရောင်ခြည်တော်တစ်ခု ထွက်ပေါ်လာမည်။ ထိုနှစ်ရောင်ခြည်တော်သည် ကိယာမသ်နေ့၏ အမှောင်ထုတွင် ၎င်းအဖို့ အသုံးဝင်မည်။ ထို့ပြင် ဤဂျုမအဟ် သောကြာနေ့မတိုင်မီ ဂျုမအဟ်နေ့၏ အပြစ်ဒုစရိုက် (သေးငယ်သော အပြစ်များ) အားလုံးမှ ချင်းသာခွင့်ခံရမည်။ (ဗဟ်ရှ်သီဖေဝ်ကျမ်း)

တမန်တော်မြတ် ﷺ က မိန့်ကြားတော်မူလေသည်။ ဂျုမအဟ် သောကြာနေ့တွင် ငါ့ကိုယ်တော်မြတ်အပေါ်သို့ ဒဂူးဒီးမေတ္တာများစွာ ရွတ်ဖတ်ပို့ပေးကြကုန်။ ယင်းနေ့တွင် ဒဂူးဒီးရွက်ဖတ်ရာ၌ ဖရစ်ရှ်တဟ် ကောင်းကင်တမန်များ လာရောက်ကြပြီး ၎င်းဒဂူးဒီးများကို ငါ့ကိုယ်တော်မြတ်ထံ ယူဆောင်လာကာ တင်ဆက်ကြသည်။ (အိဇ်နောကျက်ကျမ်း)

သောကြာနေ့တွင် ဆံပင်များကို ဆီလိမ်းခြင်းနှင့် အမွှေးအကြိုင်များ အသုံးပြုခြင်းသည် စွန့်သိမ်းခြင်းဖြစ်သည်။ (ဗုခါရ်)

စားသုံးခြင်း၊ ဂွဉ်သ်တော်များ

၁။ ဒစ်စ်ဂါရ်ခါးနံ (ဗားပွဲခင်း) ခင်းခြင်း။ (ဗုခါရ်ကျမ်း)

၂။ လက်နှစ်ဖက်ကို လက်ကောက်ဝတ်အထိ ဆေးခြင်း။ (သိရ်မိဒီကျမ်း)

၃။ အသံဖြင့် မိမိမိလ္လာဟ် ﴿بِسْمِ اللَّهِ وَعَلَىٰ بَرَكَاتِهِ﴾ ကို ရွတ်ဖတ်ခြင်း။

(ဗုခါရ်နှင့် မွတ်စလင်မ်ကျမ်း)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ နာမံတော်နှင့် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ ဗရ်ကသ်မင်္ဂလာတော်ဖြင့် (စားသုံးခြင်း အား) အစပြုပါ၏။

၄။ ညာလက်ဖြင့်စားခြင်း (ဗုခါရီနှင့် မွတ်စလင်မ်ကျမ်း)

၅။ အစားအသောက်ဝိုင်းတွင် အသက်ကြီးဆုံးနှင့် တရားရှိဆုံး သူကို စတင်စားသုံးစေခြင်း။
(မွတ်စလင်မ်၊ တွဲ-၂၊ စာ-၁၇၀)

၆။ စားစရာတစ်မျိုးကည်းပြန်လျှင် မိမိရေ၌ရှိသော အရာကို စားခြင်း။
(ဗုခါရီနှင့် မွတ်စလင်မ်ကျမ်း)

၇။ ထမင်းလုပ်၊ မုန့်အပိုင်းအစနှင့် စားစရာတစ်စုံတစ်ရာ လက် ထဲမှကုသွားလျှင် သန့်စင်အောင်ပြု၍ စားခြင်း။
(မွတ်စလင်မ်ကျမ်း)

၈။ နို့၌မစားရ။ (ဗုခါရီနှင့် မွတ်စလင်မ်ကျမ်း)

၉။ အစားအစာကို ပြစ်တင်ဝေဖန်ခြင်းမပြုရ။
(ဗုခါရီနှင့် မွတ်စလင်မ်ကျမ်း)

၁၀။ ပိနပ်ချွတ်၍စားခြင်း။ (ပိရှ်ကားသ်ကျမ်း)

၁၁။ အစားစားသောအခါ ခူးနှစ်ဖက်ကို ထောင်၍ဖြစ်စေ၊ ခြေ တစ်ချောင်းထောင်ပြီး ကျန်တစ်ချောင်းကို ခင်းထိုင်၍ဖြစ်စေ၊ ခြေနှစ်ဖက်လုံးကို ခင်း၍ ကအ်ဒဟ်တွင်ထိုင်သည့်ပုံစံဖြင့် ထိုင်၍ ငွေ့သို့ အနည်းငယ်ညွတ်၍ဖြစ်စေ ထိုင်၍စားခြင်း။
(ပိရှ်ကားသ်ကျမ်း)

၁၂။ စားပြီးနောက် ပန်းကန်နှင့် ခွက်တို့ကို (လက်ချောင်းလေး များဖြင့်လျက်၍) သန့်စင်အောင်ပြုခြင်း။ ဤလိုပြုလုပ်သူအား ပန်းကန်က မင်္ဂလာရသ် လွှတ်ဦးချမ်းသာခွင့် ပြုပေးသည်။
(အိဇ်နေမာဂျဟ်ကျမ်း)

၁၃။ စားသုံးပြီး လက်ချောင်းကလေးများ လျက်စားခြင်း။

၁၄။ စားပြီးနောက် အောက်ပါဒုအာ ဖတ်ခြင်း။

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْ اَطْعَمَنَا وَسَقَانَا وَجَعَلَ لَنَا مُسْلِمِيْنَ ۝

(ترمذى، ابوداود، ابن ماجه)

(သီရိမိဖုရား အဗ္ဘဒါဝုဒ်၊ အိမ်နေမာကျက်ကျမ်း)

အဓိပ္ပာယ်။

။ နီးပွားထောပနာပြုခြင်းအပေါင်းတို့ကို အကြွင်း

အလွှာဟ်အရှင်ပြတ်သာလျှင် ခံယူထိုက်တော်မူ၏။ ထိုအရှင်ပြတ်
သည့် ကျွန်တော်မျိုး/မတို့အား ကျွေးမွေးတော်မူ၏။ တိုက်ကျွေး
တော်မူ၏။ ထို့ပြင် ကျွန်တော်မျိုး/မတို့အား မွတ်စလင်မ်များတွင်
အပါဝင်ဖြစ်စေတော်မူ၏။

၁၅။ ပထမ စားပွဲသုံးကိုသိမ်းခြင်း။ ပြီးနောက် စားသုံးသူက
ထခြင်း။ (အိမ်နေမာကျက်ကျမ်း)

၁၆။ စားပွဲသုံးသိမ်းနေစဉ် ဖတ်ရမည့်ဒုအာ ဖတ်ခြင်း။

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ حَمْدًا كَثِيْرًا طَيِّبًا مُّبَارَكًا
فِيْهِ غَيْرُ مَكْفِيٍّ وَلَا مُوَدِّعٍ وَلَا مُسْتَعْنَى
عَنْهُ رَبَّنَا ۝ (بخارى)

(ဗုခါရီကျမ်း)

၁၇။ လက်နှစ်ဖက်ကို ဆေးခြင်း။ (သီရိမိဖုရား အဗ္ဘဒါဝုဒ်ကျမ်း)

၁၈။ ပလုပ်ကျင်းခြင်း။ (ဗုခါရီကျမ်း)

၁၉။ အစာပစားပီအလျှင် “ဒိစ်မိလ္လာဟ်” ဖတ်ရန် မေ့လျော့
သွားလျှင် သတ်ရသောအခါ ဤသို့ဆိုပါ။

(သတိရသောအခါ)

بِسْمِ اللَّهِ أَوَّلُهُ وَآخِرُهُ ۝ (ترمذی 'ابوداؤد')

အဓိပ္ပာယ်။ ။ ကျွန်တော်ချီးသည် (စားသုံးခြင်း)၏ အစနှင့် အဆုံး၌ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ နာမတော်အား တသပါ၏။

၂၀။ တစ်ဦးတစ်ယောက်က ထမင်းစားမိတ်ခေါ်ကျွေးမွေးလျှင် ၎င်းအိမ်ရှင်အတွက် ထမင်းစားပြီးနောက် ဤသို့ဒုအာပြုပေးပါ။

اللَّهُمَّ أَطْعِمْ مَنْ أَطْعَمَنِي وَاسْقِ مَنْ سَقَانِي ۝ (ترمذی)

(မှတ်စလင်မ်ကျမ်း)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ ကျွန်တော်မျိုးအား ကျွေးမွေးသူအား ကျွေးမွေးတော်မူပါ။ ကျွန်တော်မျိုးအား တိုက်ကျွေးသောသူအား တိုက်ကျွေးတော်မူပါ။

၂၁။ ရှာလကာညည်အသုံးပြုခြင်းမှာ စွန့်သံဖြစ်သည်။ ရှာလကာ ချည်ရိုးသောအိမ်တွင် ဟင်းပြုတ်လုပ်မှုမရှိပေဟု ထင်မှတ်စေသည်။

၂၂။ ကျံတစ်မျိုးနည်း သီးသန့်အသုံးပြုနေလျှင် ၎င်းနံ့တူ မယောစပါး (အနည်းငယ်ပင်ဖြစ်ပုံစေ) ကိုပဲ ဖော့စပ်၍ သုံးစွဲသင့်သည်။ ဤသို့ပြုခြင်းဖြင့် စွန့်သံတော်ကို ကျင့်သုံးခြင်း၏ အကျိုးစပါးရရှိပေမည်။

၂၃။ အသားစာချင်းသည် စွန့်သိပ်သည်။ စွန့်ယာနှင့် အာခိရပ် လောကနှင့် နောင်တမလွန်ကွင်း အသားသည် အစား အသောက်များ၏ ခေါင်းဆောင်ဖြစ်သည်ဟု တမန်တော် မြတ် ၏ မိန့်ကြားတော်မူခဲ့သည်။

(ကျမပုဒ်သွက်ရုံ တွဲ-၂၊ စာ-၃၂)

၂၄။ မိမိ၏ မွတ်စလင်မိညီအစ်ကို တင်ဦးဘစ်ယောက်၏ ဒဏ်ဝယ် (ထမင်းဖိတ်ခေါ် ကျွေးမွေးခြင်း) ကို လက်ခံခြင်းမှာ စွန့်သိပ်သည်။ (အဗူဒါဌ်ကူမီး) သို့ရာတွင် ၎င်း၏ဝင်ငွေ အများစုသည် အတိုးယူခြင်း၊ လာဘ်ယူခြင်းနှင့် မကောင်းမှု လုပ်ငန်း (အရက်ရောင်းဝယ်ခြင်း၊ မိမိခံခန်းများ၊ ဖွင့်လှစ် လုပ်ကိုင်ခြင်းတို့ လုပ်ကိုင်ရှာဖွေခြင်းဖြင့် စုဆောင်းထားရှိ သည်ဟုဆိုလျှင် ၎င်း၏ဒဏ်ဝယ်ကို လက်မခံသင့်ပေ)

၂၅။ သေဆုံးကွယ်လွန်သွားသူ၏ အိမ်လူအိမ်သားများကို ထမင်း ချက်ပို့ခြင်းမှာ စွန့်သိပ်သည်။ (အိမ်နေမာကျွက်ကျင်း)

ထမင်းစားနေစဉ် လုံးဝဆိတ်ဆိတ်နေခြင်းမှာ မဟုတ်ဟုဖြစ် သည်။ (ရှာဖီကျင်း) သို့ရာတွင် ဝင်းနည်းပူဆွေးစရာနှင့် ရောဂါဝေဒနာအကြောင်း မပြောရပေ။

“ဇက်ခ်ယွမ်မဟုတ်ဟူ၍” ကျွမ်းတွင် ရေးသားထားသည် မှာ မည်သူမဆို “ဗိစ်မိလ္လာဟ်” ဆို၍ မိမိအိမ်သားသို့ ဝင်ရောက် မည်ဆိုလျှင် ရှိသောနိကာ ဗိစ်ညီအစ်ကိုများအား အို-ညီနောင်တို့ သင်တို့အတွက် ဤအိမ်၏တံခါးများ ပိတ်သွားပေပြီ၊ ညအိပ်ရန် အတွက် အခြားအိပ်တစ်လုံးရှာကြဟူ၍ ပြောလေသည်။

ထို့ပြင် ထမင်းစားချိန်တွင် “ဗိစ်မိလ္လာဟ်” ဆို၍ စားမည် ဆိုလျှင် ရှိသောနိကာ ယခုတော့ စားသောက်ရန်ပိ ပိတ်ပင်ထား

ဆီးခြင်းခံရလေပြီဟု ပြောလေသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ယခု ဤ နေရာတွင် နေထိုင်စားသောက်နိုင်ခွင့် မရှိတော့ပေ။

အကယ်၍ အိမ်ထဲဝင်ခွင့်တွင် "ဗိမ္ဗိလ္လာဟ်" ဖတ်ရန် မေ့သွားခဲ့သော် ရှိုင်သွာန်က မိမိ၏အဖော်များအား သင်တို့အဖို့ ယနေ့ည နေထိုင်ရန် နေရာရရှိသွားလေပြီဟု ပြောလေသည်။ သို့အပြင် ထမင်းစားချိန်၌လည်း ဗိမ္ဗိလ္လာဟ်ဖတ်ရန် မေ့သွား ခဲ့သော် ရှိုင်သွာန်က မိမိ၏အဖော်များအား သင်တို့အဖို့ တည်းခို နေထိုင်ခြင်းနှင့်အတူ စားသောက်ခွင့်ပါ ရရှိသွားလေပြီဟု ပြော လေသည်။

သောက်သုံးခြင်း၏ စွန့်သတ်တော်များ

- ၁။ ခွက် (ရေခွက်၊ လက်ဖက်ရည်ပန်းကန်၊ မျှော်ရည်ခွက် စလပြင်) ကို ညာလက်ဖြင့်ကိုင်ခြင်း။ (မှတ်စလင်မ်ကျမ်း)
- ၂။ မသောက်မီအလျှင် မတ်တတ်ရပ်နေသော အနေအထား တွင်ရှိနေလျှင် ထိုင်ခြင်း၊ မတ်တတ်လှပ်ပြီး သောက်ခြင်းကို တားမြစ်ထားသည်။ (မှတ်စလင်မ်ကျမ်း)
- ၃။ "ဗိမ္ဗိလ္လာဟ်" ဆို၍ သောက်ခြင်း၊ သောက်ပြီးနောက် "အလ်ဟဒ်ဒုလီလ္လာဟ်" ပြောဆိုခြင်း။ (သီရိပီဒီကျမ်း)
- ၄။ သုံးကြိမ်သုံး၍ နား၍သောက်ခြင်း။
- ၅။ ပန်းကန်ခွက်ကို အက်ကဲ့၍ ပဲ့နေသောနေရာမှ မသောက်ရ။ (အဗူဒါဝူးဒ်ကျမ်း)
- ၆။ ရေအိတ်အဝကို ပါးစပ်ဘေး၍ မသောက်ရ။ ထိုနည်းတူ ရှက်တရက် ရေများ တစ်ပြိုင်နက် တစ်ရှိန်တိုး ထွက်လာနိုင် သည့် ခွက် (ရေပူ၊ ရေတကောင်း)၊ မြွေနှင့် ကင်းများ

ထွက်လာနိုင်သည်ဟု ယူဆရသော ခွက်များကို ပါးစပ်နှင့်
တော့၍ မသောက်ရ။ (ဗုခါရီနှင့် မွတ်စလင်မ်ကျမ်း)

၇။ ရေသောက်ပြီးနောက် ဤဒုအာကို ဖတ်ခြင်းမှာလည်း စွန့်သ်
ဖြစ်သည်။

أَحْمَدُ لِلَّهِ الذِّي سَقَانَا عَذْبًا فَرَاتًا
بِرَحْمَتِهِ وَلَمْ يَجْعَلْهُ مِلْحًا أُجَاجًا
(بُذْنُوبُنَا ۝ (رُحْمَا ۝ ۱۳۹) ۝ ۱۲)

(ရှဟုလ်မအာနီ၊ စာ-၁၄၄၊ ပါရဟ်-၂၇)

အဓိပ္ပာယ်။

။ ခိုးမွမ်းထောမနာခြင်းအပေါင်းတို့ကို ထိုအရှင်

သည်သာလျှင် ခံယူထိုက်တော်မူ၏။ အကြင်အရှင်သည် မိမိ၏
ရဟ်မသ်ဂရုဏာတော်ဖြင့် ကျွန်တော်မျိုးတို့အား သာယာချိုမြ
သော ရေ တိုက်ကျွေးတော်မူ၏။ ၎င်းပြင် အရှင်မြတ်သည်
ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ ဂိုနာဟ် အကုသိုလ်ဒုစရိုက်များကြောင့် ၎င်းရေ
ငန်၍ ခါးသီးသောရေအဖြစ် ပြုလုပ်တော်မမူပေ။

၈။ ရေသောက်၍ အခြားသူများကို လက်ဆင့်ကမ်းပေးရန်ရှိ
လျှင် ပထမ ညာဘက်မှအစပြု၍ ပေးသွားရမည်။

(ဗုခါရီနှင့် မွတ်စလင်မ်ကျမ်း)

(လက်ဖက်ရည်နှင့် ဖျော်ရည်ကိုလည်း ဤအတိုင်းပင်
ပေးရမည်)

၉။ နို့သောက်ပြီး ဤဒုအာကိုဖတ်ပါ။

اَللّٰهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيْهِ وَزِدْ نَافِعَتَهُ (ابُو داود 'ترمذی)

အဓိပ္ပာယ်။

။ အို - အလွှာဟ်အရှင်မြတ်၊ ကျွန်တော်မျိုးတို့
အား ဤနိတွင် ဗရ်ကသ်မဟ်လာ သီးပြင်ပေးသနားတော်မူပါ။
ဝင်းနောက် ကျွန်တော်မျိုးတို့အား ဤမျှထက်သာ၍ သီးပြင်တော်
မူပါ။

၁၀။ အခြားသူများကို တိုက်ကျွေးသူသည် နောက်ဆုံးမှသောက်
ခြင်း။
(သိရ်ပိဇိကျမ်း)

ဝတ်စားဆင်ယင်ခြင်း၏ စွန့်သတ်များ

၁။ တမန်တော်မြတ် ၏ သည် အမြူရောင်အဝတ်ကို ကြိုက်
နှစ်သက်တော်မူလေသည်။

(သိရ်ပိဇိကျမ်း၊ အိဗ်နဗဟဂျဟ်ကျမ်း)

၂။ အကျိုး ကုန်သာစွပ်ကျယ် အစရှိသည်တို့ ဝတ်သည်အခါ
ပထမ သွာလက်ကို အကျိုး၏ ညာဘက်လက်ကွင် ထည့်၍
စဟင်ဝတ်ရမည်။ ငြီးနောက် ဘယ်လက်ကို ဝတ်ရမည်။
ဤအတိုင်း ပုဆိုး ဘောင်းဘီတို့ကို ဝတ်ရမည်။

(သိရ်ပိဇိကျမ်း)

၃။ ဘောင်းဘီ၊ လုံချည်တို့ကို ခြေဖျက်မိဖော်၍ အပေါ်ဝတ်ရ
မည်။ လုံချည်၊ ဘောင်းဘီတို့ကို ခြေဖျက်မိအောက်အထိ
တွဲလျားချ၍ ခြေဖျက်မိမည်ထိ ဝတ်ခြင်းကို အလွှာဟ်
အရှင်မြတ် နှိပ်ချွှဲတော်မူပေး ဝတ်သူကို အလွှာဟ်အရှင်
မြတ်က ရဟ်ပသ်ဂရုဏာအကြည်ဖြင့် ကြည့်မည်မဟုတ်
ကြောင်း တမန်တော်မြတ် ၏ က မိန့်ကြားတော်မူလေ
သည်။

(ဗုခါရီ၊ မွတ်စလင်မ်ကျမ်း)

၄။ အဝတ်အသစ်ဝတ်ပြီး ဤဒုအာကိုပတ်ပါ။

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي كَسَانِي هَذَا الثَّوْبَ
وَرَزَقْنِيهِ مِنْ غَيْرِ حَوْلٍ مِنِّي وَلَا قُوَّةٍ

(البراد)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ ချီးမွမ်းထောမနာပြုခြင်းဟုပေါင်းတို့ကို ထို
အရှင်မြတ်သည်သာလျှင် ခံယူထိုက်တော်မူ၏။ အကြင်အရှင်
မြတ်သည် ကျွန်တော်မျိုးအား ဤအဝတ်အစားကို ဝတ်ဆင်
စေတော်မူ၏။ ကျွန်တော်မျိုး၏ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု၊ ပင်ပန်းမှု
မပါဘဲ ချီးမြှင့်ပေးသနားဘော်မူ၏။

၄။ အမာမတ် ခေါင်းပေါင်းအောက်တွင် ဦးထုပ်ထားခြင်းမှာ
စွန့်သိပ်ဖြစ်သည်။

(မစ်ရှ်ကားသ်ကျပ်။ တွဲ-က စာ-၂၅၀)

၆။ တမန်တော်မြတ် ၏ သည် ကုန်သွယ်အင်္ကျီ ဘတ်ခြင်းကို
နှင်သက်တော်မူသည်။

၇။ အနက်ချောင့်ခေါင်းပေါင်း ပေါင်းခြင်းမှာ စွန့်သိပ်ဖြစ်သည်။
ခေါင်းပေါင်း၏အမိတ်စကို ပုခုံးကြားတွင် ချထားခြင်းမှာ
စွန့်သိပ်ဖြစ်၏။

၈။ ဦးထုပ်ဆောင်းခြင်း စွန့်သိပ်ဖြစ်၏။

(မစ်ရှ်ကားသ်ကျပ်။ တွဲ-၈)

၉။ အဝတ်ချွတ်သည့်အခါ ဗိဝံသိလ္လာဟ်ဆိုပြီး လက်ခဲဘက်မှ
စရမည်။

၁၀။ ဖိနပ်စီးသည့်အခါ ညာခြေမှစပြီး ဘယ်ခြေဟွင်ဆုံးမည်။
(ဗုခါရီ၊ မွတ်စလင်မ်၊ အဗူဒါဝူဒ်ကူမံး)

၁၁။ ဖိနပ်ချွတ်သည့်အခါ ဘယ်ခြေမှစပြီး စတင်ချွတ်ရမည်။

ပြီးလျှင် ညာခြေချွတ်ရမည်။

(ဗုဒ္ဓါနိ၊ မ္မတ်စလင်မံ၊ အဗ္ဗဒါဝုဒ်ကျမ်း)

အမွေးအမှင် (ဆံပင်၊ မုတ်ဆိတ်) များနှင့်စပ်လျဉ်းသည့် စွန့်သင်္ကေတများ

- ၁။ တမန်တော်မြတ် နိဗ္ဗာန်၏ ဆံတော်အရှည်မှာ နားရွက်
အလယ်အထိ ရှိလေသည်။ ဟဒီးဆံတော်တစ်ရပ်တွင်
နားအထိရှိပြီး အခြားသြဝါဒတစ်ရပ်တွင် နားအောက်အထိ
ရှိလေသည်။ ထို့ပြင် အချို့သောရိဝါယသ် ဆင့်ပြန်မှုများ
တွင် ဆံတော်ရှည်သည် ပခုံးအထိလည်းကောင်း၊ ပခုံးထိ
လှနီးပါးရှိသည်ဟု လာရှိသည်။ (ရှာမာအိလေသစ်ရိပိစိ)
၂။ ဆံပင်ထားလျှင် အပြည့်ထားပြီး၊ ခိုတ်မည်ဆိုလျှင်
တစ်ခေါင်းလုံး တုံးပစ်ရမည်။ အစိတ်အပိုင်းအချို့မှ ဆံပင်
များထားပြီး၊ အချို့အပိုင်းမှ ဆံပင်များခိုတ်ခြင်း သို့မဟုတ်
ခြတ်ခြင်းသည် ဟရာမ်တားမြစ်ထားသောအရာဖြစ်သည်။
(အောင်ဂျွလ်မစာလစ်က)

- ၃။ လက်တစ်ဆုပ်ထက်လျော့နည်းအောင် မုတ်ဆိတ်မွှေးဖြတ်
ခြင်း ဟရာမ်ဖြစ်သည်။

(ဗဟစ်ရှ်သီဇေဝရ)

အလ္လာဟ်အရှင်မြက်သည် မုစလ်မာန်တိုင်းအား ဤလုပ်ရပ်
ဆိုးမှ ကယ်တင်တော်မူပါစေ။ လက်တစ်ဆုပ်ထက် မုတ်ဆိတ်
ထားခြင်းမှာ ပါဂွိုင်ဖြစ်သည်။ (အလွန်အရေးကြီးလှပေ
သည်) လက်တစ်ဆုပ် မုတ်ဆိတ်ထားခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍
ဟဒီးစ်တော်များတွင် အတိအလင်း လာရှိပေသည်။

(ဗုဒ္ဓါနိကျမ်း၊ တွဲ-၂၊ စာ-၈၇၅)

၄။ နှုတ်ခမ်းမွှေးများကို ကောင်းစွာဖြတ်ရမည်။ နှုတ်ခမ်းမွှေး
ရည်ကြီးများ မထားရန် ဟဒီးစ်တော်၌ ပြင်းပြင်းထန်ထန်
တားမြစ်ထားသည်။

(အောင်ဗုဒ္ဓလိမ္မာလင်္ကာ)

၅။ ချက်အောက်မွှေးများ၊ ချိုင်းမွှေးများနှင့် နှာခေါင်းအတွင်းရှိ
အမွှေးများကို ရှင်းပေးရမည်။ ရက်ပေါင်း ၄၀ ကျော်သည်
အထိ မရှင်းလင်းဘဲထားခြင်းသည် အလွန်အပြစ်ကြီးလေ
သည်။ (မစ်ရှ်ကာသ်၊ ၆၀၀၆)

၆။ ဆံပင်၊ မုတ်ဆိတ်တို့ကို ဆေးကြောခြင်း ဆီလိမ်းခြင်းနှင့်
ဘီးဖိခြင်းတို့သည် ဂွန့်သပ်ဖြစ်သည်။ သို့ရာတွင် တစ်ရက်ခြား
စီပြုသင့်သည်။

(မစ်ရှ်ကာသ်၊ ဗက်စ်လွလ်မက်ဟူးဗ်)

၇။ ညာဘက်မှစ၍ ဘီးဖိရမည်။ (ဗုခါရီ)

၈။ ခေါင်းဖီးသည်အခါ သို့မဟုတ် လိုအပ်၍ မှန်ကြည့်သည့်
အခါတိုင်း ဤဒုအာကိုဖတ်ပါ။

اَنْتَ حَسَنْتَ خَلْقِي فَحَسِّنْ
خَلْقِي ۝ (صحيح)

အဓိပ္ပာယ်။

။ အို - အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ အရှင်မြတ်သည်
ကျွန်တော်မျိုး၏ရှင်ရည်ကို ကောင်းမွန်လှပစွာ ဖန်ဆင်းထားသည်
နည်းတူ ကျွန်ုပ်တို့မျိုး၏ စာရိတ္တကိုလည်း ကောင်းမွန်စေတော်
မူပါ။

(ဟစ်နုနုဟစ်နု)

ဧရာဝတီနာ ဆေးဝါးကုသမှုနှင့်
လူမဟမေးမြန်းခြင်း၏ စွန့်သံတော်ပျား

- ၁။ ဧရာဝတီပြစ်လျှင် ဆေးဝါးကုသမှုသည် စွန့်သံဖြစ်သည်။
ဆေးဝါးကုသမှုခံယူနေပါ။ သို့သော်လည်း အလ္လာဟ်အရှင်
မြတ်ထံတော်မှ ကျန်းမာရေးကို မျှော်လင့်နေပါ။
- ၂။ ပျားရည်နှင့် ဓမ္မနက်စုငယ်တစ်မျိုးဖြင့် ဆေးဝါးကုသခြင်း
မှာ စွန့်သံဖြစ်သည်။ (ဗုခါရီ) ဤအရာနှင့်မူလုံးတွင်
အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် ကျန်းမာစေနိုင်သည့် အစွမ်းကို
ထည့်ပေးထားတော်မူကြောင်း ကိုယ်တော်မြတ် ﷺ က
မိန့်တော်မူသည်။ ဤအရာများနှင့်ပတ်သက်၍ မြောက်မြား
စွာသော ဟဒီးစ်တော်များ လာရှိသည်။
- ၃။ ဆေးဝါးကုသနေစဉ် ဘေးဥပါဒ်ဖြစ်စေမည့် အရာများမှ
ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။
- ၄။ မိမိ၏ မကျန်းမာသော ညီနောင်အား သွားရောက်တွေ့ဆုံ
မေးမြန်းခြင်းသည် စွန့်သံဖြစ်၏။ တမန်တော်မြတ် ﷺ
သခင်က မိန့်တော်မူသည်မှာ

عَوْدُ الْمَرِيضِ (၁)

“အသင်တို့သည် မကျန်းမာ သူအား သွားရောက်တွေ့ဆုံ
မေးမြန်းကြလေကုန်၊”

(ဗုခါရီကျမ်း)

ဟစ်ရပ်ဂျာဗင်ရီ ၊ ဇီ သခင်က မိန့်တော်မူသည်မှာ ကျွန်ုပ်
သည် နာမကျန်းဖြစ်သွားခဲ့လေရာ ကိုယ်တော်မြတ် ﷺ

သခင်သည် ကျွန်ုပ်အား အံ့ဩစွာ ပြုရန် (မေးမြန်းရန်) ကြိုးပမ်းတော်မူလေသည်။

၅။ လူမဟာကို တွေ့ဆုံမေးမြန်းကြည့်ရှုပြီး အမြန်ပြန်လာခြင်း ဂွန့်သံဖြစ်၏။ (မစ်ရှ်ကာသ်)

အသင်၏ ကြာရှည်စွာထိုင်ခြင်းဖြင့် လူမဟာကို စိတ်ဒုက္ခ မရောက်ပါစေနှင့်။ ၎င်းပြင် လူမဟာ၏ အိမ်သူအိမ်သားများ ကိုလည်း အခနာင့်အယုတ်မဖြစ်ပါစေနှင့်။

မှတ်ချက်။ ။ တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ကြာရှည်စွာထိုင်ခြင်းဖြင့် လူနာအတွက် စိတ်ချမ်းသာမှု၊ မြေရှင်မှု၊ ရရှိပါလျှင် ထိုသို့သောသူ ကြာရှည်စွာ ထိုင်ခြင်းသည် မည်သို့မျှ ကိစ္စမရှိပေ။ (သာပို၍ ကောင်းမြတ်လှပေသည်) (ဥလ်ဒသင်သာဂွန့်သံကျမ်း)

၆။ မကျန်းမာသူအား နည်း၌းနံ့ စိတ်ဖြေသိမ့်ပေးခြင်း ဂွန့်သံ ဖြစ်ပေသည်။ ဥပမာ အင်ရှာအလ္လာဟ် ခင်ဗျား အမြန်ဆုံး သက်သာပြီး ကျန်းမာသွားပါမည်။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ် သည် အလွန်တရာ တန်ခိုးအာဏာရှိတော်မူသောအရှင် (ဝါ) တတ်စွမ်းတော်မူသော အရှင်ဖြစ်သည်။ စသဖြင့် ပြောရမည်။ ဦးစိုပ်သောကဓမ္မာရက်စေမည် စကားတစ်စုံ တစ်ရာ မပြောပါနှင့်။ (မစ်ရှ်ကာသ်၊ စာ - ၁၃၇) (ညအချိန်တွင်လည်း လူမဟာကို ကြည့်ရှုရန်သွားနိုင်သည်။ အချို့က ဤကိစ္စကို မင်္ဂလာမရှိဟု ထင်မှတ်နေခြင်းမှာ မှားယွင်းသော အရာဖြစ်သည်။ တစ်ဦးတစ်ယောက် နေ မကောင်းသည့် သဘင်းရလျှင် စိတ်အညံ့ရှိပါက သွား ရောက်ကြည့်ရှုလိုက်ပေ။ ၃ ရက်ကြာမှ လူမဟာမေးရန် သွားမည်ဟု ယူဆခြင်းသည် လုံးဝအခြေအမြစ်မရှိသော စကားဖြစ်သည်။

၇။ လူမမာကို ကြည့်နေသွားသောအခါ ဤ ဒုအာကို ဖတ်ပါ။
(ဗုဒ္ဓါနိက္ခိယ)

لَا بَأْسَ طَهُورٌ إِنْ شَاءَ اللَّهُ ۝ (بخارى)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ မစိုးရိမ်ပါနှင့်။ (အင်န်ရှာအလ္လာဟ်) အရှင်
မြတ် အလိုခတ်ရှိပါက ဤရောဂါသည် အသင်၏အပြစ်များကို
ကင်းရှင်းစေပါလိမ့်မည်။

၄၄။ နောက် လူမမာ ကျန်းမာရေးအပြည်
အဝရရှိရေးအတွက်...

أَسْأَلُ اللَّهَ الْعَظِيمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ
أَنْ يَشْفِيكَ ۝

အဓိပ္ပာယ်။ ။ ကျွန်တော်မျိုးသည် ကြီးမားလှသည့် အရှင်
ပလ္လင်တော်အား စိုးပိုင်တော်မူသောအရှင်ထံ အသင့်၏ကျန်းမာ
ရေးရရှိရန် လျှောက်ထား တောင်းဆိုအပ်ပါသည်။

ဤဒုအာကို (၇) ကြိမ်ဖတ်လိုက်သည်နှင့် လူမမာကို
ကျန်းမာရေးရရှိမည်ဟု ကိုယ်တော်က မိမ့်ကြားတော်မူလေသည်။
သို့ရာတွင် ဤအခြေအနေတွင် ၄၄။၏သေခြင်းတရား ရောက်ရှိ
လာပြီဆိုလျှင် သေနေမည်မှာ မလွဲပင်။

(မစ်ရှ်ကားသ်၊ စာ-၁၃၅
အဗူဒါဝူဒ်၊ တွဲ-၂၊ စာ-၈၂)



ခရီးသွားခြင်း၏စွန့်သတ်ပျား

- ၁။ တတ်နိုင်သမျှ အဖော်နှင့် ခရီးသွားရမည်။ (အနည်းဆုံး လူ ၂) ယောက်ရှိရမည်။ တစ်ဦးတည်း ခရီးမသွားပါနှင့်။ အရေးပေါ်ကိစ္စ အကြောင်းတစ်ခုတစ်ရာ ပေါ်ပေါက်လာ၍ ရုတ်တရက် ခင်းထွက်ရန် အကြောင်းပေါ်လာခဲ့လျှင် တစ်ဦးတည်း သွားနိုင်ပေသည်။
(ဖယ်ဟွလ်ဘာနီကျမ်း စာ - ၅၃၊ တွဲ - ၆)

- ၂။ အစီးအနင်းပေါ် ခြေခုံသောအခါ ဗစ်(စ်)မင်္ဂလာဟ်ဆိုပါ။
(သိရ်ပိဒ်ကျမ်း)

- ၃။ အစီးအနင်းပေါ်တွင် ကောင်းမွန်ကုန်စွာထိုင်ပြီးလျှင် “အလ္လာဟ်ဟုအက်(က်)ဗရ်” ၃ ကြိမ်ဆိုပြီး ဤအာကိုဖတ်ပါ။
“အစီးအနင်းကိုစီးသောအခါ ခွတ်ဖတ်ရန်”

سُبْحَانَ الَّذِي سَخَّرَ لَنَا هَذَا وَمَا كُنَّا
مُقِرِّينَ وَإِنَّا إِلَىٰ رَبِّنَا لَمُنْقَلِبُونَ (مسلم رواه)

အဓိပ္ပာယ်။ « ခိုးမွမ်းထောမနာအပေါင်းတို့ကို အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သာလျှင် ခံထိုက်တော်မူ၏။ ဤအစီးအနင်းကို ကျွန်တော်မျိုးအား နိုင်နင်းစေတော်မူသော အရှင်မြတ်သည် စင်ကြယ် သန့်ရှင်းဘော်မူပါ၏။ အမှန်စင်စင် ကျွန်တော်မျိုးတို့သည် ဤအစီးအနင်းကို နိုင်နင်းရန် ခဲယဉ်းလှပါ၏။ ဝေကန်အမှန် ကျွန်တော်မျိုးတို့သည် မိမိ၏အရှင်ထံတော်သို့ ပြန်ကြရမည်ဖြစ်၏။

၄။ ပြီးနောက် ဤအာကို ဖတ်ပါ။

“ခရီးထွက်သောအခါ ချွတ်ဖတ်ရန်”

اَللّٰهُمَّ هَوِّنْ عَلَيْنَا سَفَرَنَا هَذَا وَاطْوِعْنَا بَعْدَهُ
اَللّٰهُمَّ اَنْتَ الصَّاحِبُ فِي السَّفَرِ وَالْخَلِيفَةُ فِي
الْاَهْلِ اَللّٰهُمَّ اِلَيَّ اَعُوْذُ بِكَ مِنْ وَعْثَاءِ
السَّفَرِ وَكَآبَةِ الْمَنْظَرِ وَسُوْءِ الْمُنْقَلَبِ فِي
الْمَالِ وَالْاَهْلِ وَالْوَلَدِ (مسلم ح ၁၁၀)

အဓိပ္ပာယ်။

။ အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ ကျွန်တော်မျိုးတို့ အဖို့ ဤခရီးစဉ်ကို လွယ်ကူစေတော်မူပါ။ ၎င်းပြင် ဤခရီးစဉ်ကို ကျွန်တော်မျိုးတို့အဖို့ ချဉ်းပေတော်မူပါ။ အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ် အရှင်မြတ်သည် ခရီးစဉ်တစ်လျှောက်တွင် (ကျွန်တော်မျိုး၏) အဖော် ဖြစ်တော်မူပါ။ အိပ်သူအိပ်သားများ စောင့်ရှောက်တော်မူ မည်အရှင် ဖြစ်တော်မူ၏။ အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ ကျွန်တော် မျိုးကိုသည် ခရီးစဉ်၏ ခက်ခဲမှုမှလည်းကောင်း၊ ဆိုးရွားသော ပြင်ကွင်းများကို တွေ့မြင်ခြင်းမှလည်းကောင်း၊ မိမိတို့ အိပ်ပြန် ရောက်သောအခါ ဥစ္စာပစ္စည်းများ၊ အိပ်သူအိပ်သားများနှင့် သား သမီးများတို့၏ မကောင်းသောအခြေအနေတို့ကို တွေ့မြင်ခြင်းမှ လွတ်မြောက်နိုင်ရန် အရှင်မြတ်၏အကာအကွယ်ရလိုပါ၏။

၅။ လမ်းခရီးတွင် ရန်နားရန် လိုအပ်လာသော် လမ်းဘေး တစ်ဖက်ဘက်ချက်တွင်ကပ်၍ လမ်းမှ ခပ်နွားခွာ ဝေးနားခြင်း

သည် စွန့်သန့်ပြန်သည်။ ဗြတ်သန်းသွားလာနေသောသူများ
အတွက် လမ်းပိတ်ဆို့မှုပြင်ပြီး အနောင်းအယုက် မဖြစ်စေ
ရန် လမ်းပေါ်တွင် ရပ်နားခြင်းမပြုခလနင့်။

(မှတ်စုလင်မကျမ်း၊ စာ-၄၄၁၊ တွဲ-၂)

၆။ လမ်းခရီးတွင် အစားအနပ်ဖြင့် အပြတ်တစ်နေရာသို့တက်လျှင်
“အလ္လာဟုအက်ဗရ်” ဖတ်ပါ။ (ဗုခါရီ)

၇။ ကုန်းလျှောနှင့် နိမ့်သောနေရာသို့ ဆင်းသွားလျှင် “စွမ်ဟာ
နုလ္လာဟ်” ဖတ်ပါ။ (ဗုခါရီ၊ စာ - ၄၂၀)

မှတ်ချက်။ ။ မိမိကားသင်္ကန်းတွင် လာရှိသည်မှာ အထက်
ဖော်ပြပါစွန့်သန့်တော်များသည် ခရီးသွားရာတွင် ကျင့်သုံးရမည့်
စွန့်သန့်တော်များ ဖြစ်သော်ငြားလည်း မိမိနေအိမ်၌ဖြစ်စေ၊ ဗလီ၌
ဖြစ်စေ ဖသည် နေရာရှိ လှေကားများတက်ရာတွင် ညာခြေကို
ကြွ၍ ‘အလ္လာဟုအက်ဗရ်’ ဆိုပါ။ (လှေကားသည် တစ်ထပ်ပဲ
ရှိပါစေ ‘အလ္လာဟုအက်ဗရ်’ ရွတ်ဆိုပါလေ) ထိုနည်းတူစွာ အနိမ့်
သို့ဆင်းရာတွင် ဘယ်ခြေကိုကြွ၍ ‘စွမ်ဟာနုလ္လာဟ်’ ဆိုပါ။
(အနည်းငယ်မျှသော နိမ့်သောနေရာဖြစ်ပါစေ) စွန့်သန့်အကျိုး
ဝမ်းဝရရန် ချော်လင့်ချက်ထားရှိရပေမည်။ မွလ္လာအသီကာရီ
(رحمة الله عليه) သခင်က အမိန့်ရှိတော်မူသည်မှာ “မြင့်သောနေရာ
သို့တက်ရာတွင် ‘အလ္လာဟုအက်ဗရ်’ ဆိုခြင်း၏ လျှို့ဝှက်ချက်
သဘောတရားမှာ “အပေါ်ယံအားဖြင့် ကျွန်တော်ဟုသည် အမြင့်
သို့ရောက်ရှိကာ မြင့်ကြောင်း မြင်နေရသော်လည်း (အို-အလ္လာဟ်
အရှင်မြတ်) ဝင်စပ်မှာ မြင့်မားခြင်းနှင့် ကြီးကျယ်မြင့်မြက်ခြင်း
သည် အရှင်နှင့်သာ ထိုက်တန်ပေသည်ဟု ထုတ်ဖော်ခြင်းဖြစ်
ပေသည်။

အနိမ့်သို့သင်းရာတွင် 'စွပ်ဟာနုလ္လာဟ်' ဆိုခြင်း
၏ လျှို့ဝှက်ချက်သဘောတရားမှာ "အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊
ကျွန်တော်မျိုးတို့သည် နိမ့်သောနေရာသို့ သွားနေသူများဖြစ်ကြ
ပြီ။ အရှင်မြတ်သည် အဆင့်နိမ့်ခြင်း၊ အောက်တန်းကျခြင်းမှ
သန့်စင် ကင်းစင်တော်မူသောအရှင် ဖြစ်တော်မူပေသည်။"

၈။ မိမိသွားလိုသည် မြို့ရွာကို အဝေးမှ လှမ်းမြင်တွေ့သော
အခါ ဤဒုအာကို (၃) ကြိမ်ဖတ်ပါ။

اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيهِمْ

အဓိပ္ပာယ်။ ။ အို- အလ္လာဟ်အရှင်၊ ကျွန်တော်မျိုးတို့အား
ဤမြို့တော်တွင် ကောင်းချီးမင်္ဂလာ ချီးမြှင့်ပေးသနားတော်မူပါ။
၉။ ပြီးနောက် ဤဒုအာကို ဖတ်ပါ။

اللَّهُمَّ ارْزُقْنَا جَنَّتَهَا وَجَنَّتَنَا إِلَى أَهْلِهَا
وَجَنَّتْ صَالِحِي أَهْلِهَا الْيَوْمَ (ص ၁၀)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ ကျွန်တော်မျိုးတို့
အား ဤနေရာ၏ အသီးအနှံများကို ကျွေးမွေးတော်မူပါ။
၎င်းနောက် ဤနေရာရှိ လူများ၏ စိတ်နှလုံးတွင် ကျွန်တော်များ
၏ချစ်ခင်မှုကို ထည့်သွင်းပေးသနားတော်မူပါ။ ထို့ပြင် ကျွန်တော်
မျိုးတို့၏ စိတ်နှလုံးများတွင်လည်း ဤနေရာရှိ သူတော်ကောင်း
များ၏ ချစ်ခင်မှုကို ထည့်သွင်းပေးသနားတော်မူပါ။
(ဟသျှိန်ဟသျှိန်ကျမ်း)

၁၀။ ခရီး၏အလုပ်ကို စွဲပြီးပြောက်သွားလျှင် မိမိအိမ်သို့ပြန်လာခဲ့ပါ။ အိမ်၏အပြင်ခရီးတွင် မလိုအပ်ဘဲ အချိန်ကြာမြင့်စွာ ရပ်နားခြင်းသည် မသင့်တော်ပေ။

(ဗုဒ္ဓိကျမ်း စာ-၄၂၁)

၁၁။ အလွန်ဝေးလံသောခရီးမှ ရက်ပေါင်းများစွာကြာမြင့်ပြီး အိမ်သို့ပြန်လာလျှင် ရုတ်တရက် အိမ်သို့မသွားဘဲ မိမိရောက်နေကြောင်း သတင်းပို့ပေးပါ။ ထို့နောက် အနည်းငယ်ကြာမှ အိမ်ထဲသို့ဝင်ပါ။ ဤကဲ့သို့ ညဉ့်အလွန်နက်မှ အိမ်ပြန်လာလျှင် ရောက်သည်နှင့်ချက်ချင်း အိမ်သို့မသွားဘဲ နံနက်အချိန်မှသွားခြင်းသည် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ (မိဂ္ဂိကာသ်ကျမ်း) သို့ရာတွင် အိမ်သူအိမ်သားများအနေဖြင့် အသင်၏နောက်ကျန်လာမည်ကို ကြိုတင်သိနှင့်ပြီး အသင့်ကို စောင့်မျှော်နေကြသောအခါ (ထိုအချိန်မှာပင်) အိမ်သို့ တိုက်ရိုက်သွားနိုင်ပေသည်။

(မိဂ္ဂိကာသ်ကျမ်း စာ-၃၃၈၊ တွဲ-၄)

ဤစွန့်သင်တော်များအပေါ် လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် ဒုဗ္ဗယ၊ အာသိရသ် နှစ်ဌာနစလုံးတွင် အကျိုးထူးရရှိပေမည်။

၁၂။ လမ်းခရီးတွင် ခွေးနှင့် ခြံ့ဆွဲလည်းကို အတူမထားရန် တားမြစ်ထားသည်။

(မုတ္တစလင်ကျမ်း စာ-၂၂၊ တွဲ-၁)

ခွေးနှင့် ခြံ့ဆွဲလည်းကြောင့် ရှိုင်းသွာန် နောက်မှလိုက်လာပြီး ခရီး၏ဗန်ကသ်မဟ်လာ ကုန်ဆုံးသွားလေသည်။

၁၃။ ခရီးမှပြန်လာသူသည် အိမ်ထဲမဝင်မီ ဗလီသို့သွား၍ နမိလ် နမာဓ် နှစ်ရက်အသ်ဖတ်ခြင်းမှာ စွန့်သ်ဖြစ်သည်။

(မိဂ္ဂိကာသ်ကျမ်း)

၁၄။ ခရီးမှပြန်လာသောအခါ ဤ၃အာကိုဖတ်ပါ။

اٰتٰىبُوْنَ تَاٰتٰىبُوْنَ عَابِدُوْنَ لِـرَبِّ
حَامِدُوْنَ ۝ (سُورَةُ الزُّمَرِ)

(မှတ်စလင်မိကျမ်း၊ သိင်္ဂမိကျမ်း)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ ကျွန်တော်မျိုးတို့သည် ခရီးမှပြန်လာကြသူများ၊ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်ထံတော်ပါ၌ သောင်ဗဟ် အမှားဝန်ခံကြသူများ၊ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်အား (အိဗာဒသ်) ခဝ်မှပြုကြသူများ၊ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်အား ချီးမွမ်းထောပနာပြုကြသူများ ဖြစ်ကြပါ၏။

နိကာဟ်၏စွန့်သ်တော်များ

- ၁။ စရိတ်ကြေးငွေ အကုန်အကျ အသက်သာဆုံးသော ထိမ်းမြားလက်ထပ်ခြင်းသည် စွန့်သ်တော်နှင့်ညီသော နိကာဟ် ဖြစ်သည်။ (မိရှ်ကာသ်ကျမ်း)
- ၂။ နိကာဟ်ပြုရန်အတွက် သာသနာရှိပြီး အကျင့်စာရိတ္တ ကောင်းသောသူကို ရှာဖွေ၍ စကားကမ်းလှမ်းခြင်း စွန့်သ် ဖြစ်၏။ (မိရှ်ကာသ် အမူဟုရှိုင်ရဟ်မှတစ်ဆင့်)
- ၃။ သောကြာနေ့ ဗလီတွင် နိကာဟ်ဖတ်ခြင်း၊ ၎င်းပြင် ရှောင်ဝါလ်တွင် နိကာဟ်ပြုခြင်းသည် နှစ်သက်ဖွယ်ရာကောင်းပြီး စွန့်သ်ဖြစ်သည်။

(မိရှ်ကာသ်ကျမ်း၊ တွဲ-၆၊ စာ-၂၁၀၊ ၂၁၄)

- ၄။ နိကာဟ်ကို ကျော်ကြားစေခြင်း။

(မိရှ်ကာသ်ကျမ်း၊ တွဲ-၂၊ စာ-၂၄၂)

- ၅။ (မိမိတတ်နိုင်စွမ်းသည့်အတိုင်း) မဟာရ် (ခန်းဝင်ကြေး) ကို သတ်မှတ်ခြင်းသည် စွန့်သိမ်းခြင်း။ (မိမိကားသံကျမ်း)
- ၆။ မင်္ဂလာဦးညတွင် သတို့သမီးနှင့် ပထမဆုံးတွေ့ဆုံသောအခါ သတို့သမီးနဖူးပေါ်သို့ လက်တင်၍ ဤဒုအာကို ဖတ်ပါ။
(အဗူဒါဝူးဒ်ကျမ်း၊ အိပ်နေစေမာကျပ်ကျမ်း)

اَللّٰهُمَّ اِنِّىْ اَسْئَلُكَ خَيْرَهَا وَخَيْرَ مَا
جَبَلْتَهَا عَلَيْهِ وَاَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّهَا وَ
شَرِّ مَا جَبَلْتَهَا عَلَيْهِ ۝ (ابو داود، ابن ماجه)

အမိန့်။ ။ အိပ်-အလွှာအရှင်မြတ်၊ ကျွန်တော်မျိုးသည် အရှင်ထံတော်မှ ငှင်း၏ကောင်းခြင်းနှင့် ကောင်းမွန်သော အကျင့် စာရိတ္တများကို တောင်ဆီပါ၏၊ ထို့ပြင် ငှင်း၏ မကောင်းခြင်းနှင့် မကောင်းသောအကျင့်စာရိတ္တများမှ ကင်းဝေးစေရန် အရှင်မြတ်၏ အကာအကွယ်ကို ရလိုပါ၏။

၇။ ဇနီးနှင့် သံဝေသပြုရန် ရည်ရွယ်သောအခါ အောက်ပါဒုအာ ကို ရွတ်ဆိုပါ။ ယင်းဒုအာကိုရွတ်ဖတ်ခြင်း၏ အကျိုးမှာ ကောင်းမြတ်သောသားသမီးများရရှိပြီး ငှင်းသားသမီးများ ရှောင်သွားနိုင်စေရန်နှင့်ယုတ်ခြင်းမှ လွတ်ကင်းကြပေမည်။ ဤ ဒုအာမဖတ်လျှင် ရှောင်သွားနိုင်သုတ်ရည်သည် ယောက်ျား၏ သုတ်ရည်နှင့် အတူဝင်ရောက်သွားပြီး သားသမီးများတွင် ရှောင်သွားနိုင် ဆိုသည်သောအမှုအကျင့်များ ဖြစ်ပေါ်လာမည်။



မိမိငနီးနှင့် သံဝါသပြုရန်ရည်ရွယ်သောအခါ ရွတ်ဆိုရန်အာ

بِسْمِ اللَّهِ-اللَّهُمَّ جَنِّبْنَا الشَّيْطَانَ
وَجَنِّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا

အဓိပ္ပာယ်။ ။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ နာမတော်ဖြင့် အစပြုပါ၏။ အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ ကျွန်တော်မျိုးတို့အား ရှောင်သွားရန်၊ ဘေးအန္တရာယ်မှ ဖယ်ရှားတော်မူပါ။ ၎င်းပြင် အရှင်မြတ်မျိုးမြင့်မည် သားကောင်းရတနာများကိုလည်း ရှောင်သွားရန်မိစ္ဆာကောင်၏ အနှောင့်အယှက်မှ ဝေးကွာစေတော်မူပါ။

(အဗူဒါဝူးဒ်ကျမ်း၊ အိမ်နေမာကျဟ်ကျမ်း)

ဤအာဇ်ဗရ်ကသ်ဖြင့် သားသမီးများကို မည်သည့်အခါမှ ရှောင်သွား အနှောင့်အယှက်ပေးနိုင်မည်မဟုတ်ပေ။

(ဝလီမဟ်)

၈။ မင်္ဂလာဂိုးညကုန်ဆုံးပြီး နောက်တစ်နေ့တွင် မိမိ၏ဆွေမျိုး သားချင်းများ၊ မိတ်ဆွေများနှင့် ဆင်းရဲသားများကို ဖိတ်ခေါ်၍ ဝလီမဟ်ထမင်းကျွေးခြင်းသည် စွန့်သန်ခြင်းသည်။ ဝလီမဟ်အတွက် ထည်ဝါခန်းနားစွာ အထူးစီမံချက်ပြုတ်ရန် အရေးကြီးပေ။ မိမိအစွမ်းရှိသမျှ ချက်ပြုတ်၍ အနည်းငယ်စီကျွေးမွေးခြင်းသည်လည်း စွန့်သန်ကျင့်စဉ် အထမြောက်စေရန် လုံလောက်ပေသည်။ ပိုက်ဆံကြေးငွေရှိသူ လူချမ်းသာများ၊ ကိုယ်ကျိုးပက် လောကသားများကိုသာ

ခေါ်ပြီး ဆင်းရဲသားများ၊ လိုအပ်သောသူများ ဘာသာ
သာသနာ ကိုင်းရှိုင်းသူများ၊ အမှန်တကယ် ကျွေးထိုက်
သူ၊ မုဆိုးမ၊ မိဘမဲ့ ယသီးဝမ်းများ၊ စီးပွားရေးအဆင်မပြေ
၍ အလွန်ဒုက္ခရောက်နေသူများ) ကို ဂုဏ်ပကာသန ခွဲခြား
၍ အော်ဟစ်မောင်းထုတ်သော ဝလီမဟ်ကျွေးမွေးပွဲသည်
အလွန်ဆိုးရွားသော ဝလီမဟ်ဖြစ်သည်။

شَرَّ الطَّعَامِ طَعَامُ الْوَلِيْمَةِ يُدْعَى لَهَا
الْاَغْنِيَاءُ وَيُتْرَكَ الْفُقَرَاءُ (بخاری جلد ۲)
(صفحه ۷۷۸)

(ဗုဒ္ဓါရုံကျမ်း)

ဤကဲ့သို့သောဝလီမဟ်မှ ရှောင်ရမည်။ ဝလီမဟ်တွင်
စွန့်သ်အထမြောက်ရန် နိယသ်လုပ်ပါ။ တရားရှိသော
သူဆင်းရဲများကို ဖိတ်ခေါ်ပါ။ ချမ်းသာသောသူများအနက်
မိမိစိတ်အလိုရှိသူကို ဖိတ်ခေါ်ပါ။ သို့ရာတွင် မရှိဆင်းရဲ
သားများအား မောင်းထုတ်ခြင်းမပြုရန် အထူးသတိပြုပါ
လေ။ လူအများ၏ချီးမွမ်းမှုကို ခံယူရန်နှင့် နာမည်ကြီး
လို၍ ပြဇာနည် ကျွေးမွေးသော ဝလီမဟ်အတွက် အကျိုး
စဝါးစံ လုံးဝမရှိပေ။ သို့ပင်မက အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏
အမျက်တော်ရှမှုခံရမည်ကိုပင် စိုးရိမ်ရသည်။



ဗွေကင်းစကလေးနှင့်ပတ်သက်သည့်စွန့်သံတော်များ

- ၁။ ကလေး၏လက်ယာဘက်နားတွင် အစာနံကိုလည်းကောင်း၊
လက်ဝဲဘက်နားတွင် အိကာမသံကိုလည်းကောင်း ရွတ်
ဆိုခြင်း။

(သိရ်ပိဒီ အဗူဒါဗူးဒ်ကျမ်း၊ အလိုင်ကွမ်ဗိစွန့်သီကျမ်း)

- ၂။ မွေးဖွားပြီး ခုနစ်ရက်မြောက်သွားသောအခါ ကောင်းသော
အမည်ပေးခြင်း။ (အဗူဒါဗူးဒ်ကျမ်း)

- ၃။ ခုနစ်ရက်မြောက်သောနေ့တွင် အင်္ဂါကဟ်ပြုခြင်း။
(အဗူဒါဗူးဒ်ကျမ်း)

ခုနစ်ရက်မြောက်နေ့တွင် အင်္ဂါကဟ်မပြုနိုင်ခဲ့လျှင် တစ်ဆယ့်
လေးရက်မြောက်တွင် ပြုလုပ်ပါ။ အကယ်၍ တစ်ဆယ့်
လေးရက်မြောက်နေ့တွင်ပါ ပြုခွင့်မရပါက နှစ်ဆယ့်
တစ်ရက်မြောက်နေ့တွင် ပြုလုပ်ပါ။

- ၄။ ကလေး၏ဆံပင်ရိတ်ပြီးနောက် ဆံပင်၏အလေးချိန်နှင့် အမျှ
ငွေသားကို လှူဒါန်းခြင်း။ (သိရ်ပိဒီကျမ်း)

- ၅။ ဆံပင်ရိတ်ပြီးနောက် ကလေး၏ဦးခေါင်းပေါ်တွင် ကုံကုမံ
လိမ်းပေးခြင်း။ (အဗူဒါဗူးဒ်ကျမ်း)

- ၆။ သားယောက်ျားကလေးအတွက် ဆိတ်နှစ်ကောင်နှင့် သမီး
မိန်းကလေးအတွက် ဆိတ်တစ်ကောင် အင်္ဂါကဟ်ပြုခြင်း။
(သိရ်ပိဒီကျမ်း၊ အိင်နေမာဂျဟ်ကျမ်း)

၇။ အင်္ဂါကတ်အသားကို ချက်ပြုတ်၍ဖြစ်စေ၊ အစိမ်းဖြစ်စေ
ဝေးငှနိုင်သည်။ (ဗဟစ်ရှ်သီဝေဝရ်၊ အတွဲ-၃)

၈။ အင်္ဂါကတ်အသားကို ဘိုးဘွားများအားလုံး စားသုံးနိုင်ခြင်း။
(ဗဟစ်ရှ်သီဝေဝရ်ကျမ်း၊ တွဲ-၃)

၉။ သူတော်စင်တစ်ဦးတစ်ယောက်အား စွန့်ပလွံသီးစားစေ၍
ကလေး၏ပါးစပ်ထဲသို့ ထည့်ပေးခြင်း သို့မဟုတ် ဝါးဝေခြင်း
နှင့် ဒုအာတောင်းပေးခြင်း။ (ဗုခါရီကျမ်း)

၁၀။ ကလေးအသက် (၇) နှစ်အရွယ်သို့ ရောက်သောအခါ
နမာန်နှင့် အခြားသာသနာ့စကားရပ်များ သင်ကြားပေးခြင်း။

၁၁။ (၁၀)နှစ်အရွယ်သို့ရောက်သောအခါ နမာန်အတွက် ပြင်း
ထန်စွာကြမ်းမောင်း၍ ဖတ်ခိုင်းခြင်း၊ နမာန်ဝတ်ပြုသည့်
အကျင့် ဖြစ်သွားစေရန် လိုအပ်လာလျှင် ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်း။
(မိရှ်ကားသ်ကျမ်း)

မှတ်ချက်။ ။ လူတို့သည် ယနေ့ ကလေးများကို အယွန်
အလိုလိုက်၍ ပျက်စီးနေကြသည်။ ကလေးများ ကြီးပြင်းလာလျှင်
လိမ္မာသွားမည်ဟု မိမိကိုယ်ကို နှစ်သိမ့်ကာ အချစ်ကြီးချစ်နေ
ကြသည်။ အောက်ခြေမကောင်းသော အဆောက်အဦသည် ယင်း
ယိုင်နေမည်သာဖြစ်သည်ကို ကောင်းစွာသတိပြုကြရမည်။ ဤ
သည့်အတွက်ကြောင့် အစပထမကတည်းက ကောင်းသော
အကျင့်စာရိတ္တများ ကလေးများကို သင်ကြားပေးရပေမည်။
သို့မဟုတ်ပါက နောင်တွင် ဤကလေး၏ ဆိုးသွမ်းပိုက်ပိုင်းမှုကြောင့်
စိတ်ရှုပ်ထွေးဆရာများ ဖြစ်လာနိုင်ပါမည်။

ကွယ်လွန်သေဆုံးခြင်းနှင့် ငှင်း၏နောက်
ပြုကျင့်ရမည့်စွန့်သံတော်များ

- ၁။ ကွယ်လွန်ခါနီးအချိန်ရောက်လာလျှင် အနီးတွင်ရှိနေသူများ အနေဖြင့် ငှင်း၏မျက်နှာကို ကိုင်လက်ဘက်သို့ လှည့်ပေးလိုက်ပါ။

(မှတ်စံသဒ္ဒါရက်၊ ဟာကင်မ်၊ တွဲ-၁ စာ-၃၅၃)

- ၂။ အသက်ထွက်ခါနီးအချိန်တွင် ချွတ်ဖတ်ရန်။

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي وَارْحَمْنِي وَالْحَقِيقِي
بِالرَّفِيقِ الْأَعْلَى ۝ (بخاری، مسلم، ترمذی)

- အဓိပ္ပာယ်။ ။ အို-အလွှာဟ်အရှင်မြတ်၊ ကျွန်တော်မျိုးအား ခွင့်လွှတ်တော်မူပါ။ ငှင်းပြင် ကျွန်တော်မျိုးအား သနားညှာတာတော်မူပါ။ ထို့နောက် ကျွန်တော်မျိုးအား (အပေါ်၌ရှိကြသော) မြင့်မြတ်လှသည်မိတ်ဆွေမွန်များသို့ ဗိုဆောင်ပေးတော်မူပါ။

- ၃။ အသက်ထွက်မည့်လက္ခဏာများ လွေ့ရှိရသောအခါ ဒုအာကိုဖတ်ပါ။

اللَّهُمَّ أَعِنِّي عَلَى غَمَرَاتِ الْمَوْتِ
وَسَكْرَاتِ الْمَوْتِ ۝ (ترمذی)

(သိင်္ဂမိကျမ်း)

အဓိပ္ပာယ်။

။ အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ “မောင်သ်” သေခြင်းတရား၏ ပြင်းထန်မှုများကို ဖယ်ရှားပေးသနားတော်မူပါ။ (ဝါ) သေအံ့ဆဲဆဲအချိန်တွင် ကျွန်တော်မျိုးအား ကူညီစောင့်မတော်မူပါ။

၄။ ကွယ်လွန်ပြီးနောက် ဆွေမျိုးသားချင်းများက ဤဒုအာကို ဖတ်ပါ။

إِنَّا لِلّٰهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ۝ أَللّٰهُمَّ
اجْزِنِي فِي مَصِيبَتِي ۖ وَاخْلُفْ لِي
خَيْرًا مِنْهَا ۝ (سُورَةُ الْبَقَرَةِ ၂၀)

(မှတ်စလင်မ်ကျမ်း)

အဓိပ္ပာယ်။

။ ကေနမုချ ကျွန်တော်မျိုးတို့ကို အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည်သာလျှင် ပိုင်ဆိုင်တော်မူ၏။ ၎င်းနောက် ကေနအမှန် ကျွန်တော်မျိုးတို့သည် အရှင်မြတ်ထံတော်သို့ ပြန်လည်ကြမည်သူများသာ ဖြစ်ကြသည်။ အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ ဤဘေးဒုက္ခပေါ်တွင်ရရှိမည့် အကျိုးစီးပွားများကို တောင်းခံပါ၏။ ၎င်းပြင် ထို့ထက်ကောင်းမွန်သောအစားကို ပေးသနားတော်မူပါ။

၅။ အသက်ထွက်ပြီးနောက် သေဆုံးသွားသူ၏ မုက်စိများကို ဝိတ်ပေးပါ။

၆။ သေဆုံးသွားသူကို ခုတင်ပေါ်သို့ ပြောင်းရွှေ့လျှင်ဖြစ်စေ၊ ဂူနာဖက်ယမ်းစင်ကို ထမ်းမသည့်အခါဖြစ်စေ ဗိဗ်မိလ္လာဟ်ရွတ်ဆိုပါ။
(အစ်စ်ဒေအဗ်ရှိုင်ဗဟ်ကျမ်း)

- ၇။ မိုင်ယသ် လူသေကို အပြန်ဆုံးမြှုပ်နှံခြင်းသည် စွန့်သ် ဖြစ်သည်။ (အဗုဒါဝူးဒ်ကျမ်း)
- ၈။ လူသေအလောင်းကို ကဆံညသီခြင်းအတွင်းသို့ ခုသည်အခါ ဤဒုအာကို ဖတ်ပါ။

بِسْمِ اللَّهِ وَعَلَى مِلَّةِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى
 اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ۝

(မိရှိကားသ်ကျမ်း၊ သိရ်မိဒီကျမ်း၊ အင်စ်နေမာကျဟ်ကျမ်း)

အမိဂ္ဂာယ်။ ။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ နာမတော်ဖြင့် အဝ
 ပြုပါ၏။ ၎င်းပြင် တမန်တော်မြတ် ။ ၏ နည်းလမ်းအတိုင်း
 (ကျန်တော်ချိုးတို့ မြှုပ်နှံပါ၏)

၉။ လူသေကို သင်္ချိုင်းထဲတွင် လှဲသည့်အခါ ညာဘက်စောင်း
 ၌ ရင်ဘတ်ကို ကိပ်လတ်ဘက်လှည့်ထားပြီး ကျောပြင်ကို
 သင်္ချိုင်းနံရံနှင့် ကပ်ထားပါ။ မျက်မှောက်ကာလတွင်
 လူအများအနေဖြင့် မျက်နှာကိုသာ ကိပ်လတ်ဘက်သို့လှည့်
 ထားပြီး ပက်လက်လှန်၍ ဧည့်သည်ကို မိုးကောင်းကင်
 ဘက်သို့ ထားကြသည်။ ဤသည် စွန့်သ်တော်နှင့် လုံးဝ
 ဆန့်ကျင်နေလေသည်။

(သွတ်သွာဝီကျမ်း၊ စာ-၂၂၄)

၁၀။ ကွယ်လွန်သူ၏ဆွေမျိုးသားချင်းများ (၆) အိမ်သူအိမ်သား
 များကို ထမင်းချက်၌ ပို့ပေးခြင်းသည် စွန့်သ်ဖြစ်သည်။
 ဤထမင်းကို ဆွေမျိုးသားချင်းများနှင့် မိတ်ဆွေများအားလုံး
 စားခွင့်မရှိပါ။ မိုင်ယသ် နာရေကိစ္စတွင် ပါဝင်သူများအတွက်

သာ စာဆိုဝံ့ပြုထားသည်။ နာမည်ကြီးရန် ကြားဝါပြော
၍ ရည်ရွယ်ပြီးကျေးဇူးပြင်း၊ ပိုခြင်း မပိုင်ပေ။ အကြင်အရာ
(အိမ်၌) အသင့်ရှိပေသည်။ ပို့လိုက်ပါ။

(သိမ်မိဖို၊ အိမ်ခန္ဓာကျက်၊ ဒုဂ်ရေမှန်သားရ်ကျမ်း)

၁၁။ ကွယ်လွန်သူကို ပြုန်ပြေးစီးသောအခါ တမန်တော်မြတ်
၏ က မိမိကိုယ်တော်ဟိုင်နှင့် အခြားသူများကို မိမိ၏ကွယ်
လွန်သူ ညီနောင်အတွက် အိမ်သိမ်းစားရ လွတ်ငြိမ်းချမ်းသာ
ခွင့် ဆပ်ပန်ပေးကြလေကုန်။ ၎င်းပြင် မွန်ကင်နကီးရ်၏
မေးခွန်းများကို ကောင်းမွန်ကျနော့ ပြေနိုင်ရေးအတွက်
ဒုအာတောင်းပေးကြကုန်ဟု မိန့်ကြားတော်မူသည်။

(အဗူအိဗ္ဗဒ်၊ မွတ်သဒရက်၊ ဟာကင်မ်ကျမ်း)

အကျိုးစကားတစ်ခွန်း။ ။ ဒေပန်မြှုပ်နှံပြီးနောက် ကိပ်လတ်တက်
သို့မျက်နှာမူ၍ သူသေအတွက် ဆုမွန်ဒုအာဟောင်းပေးခြင်းသည်
ဂွဗ္ဗသံဖြစ်လေသည်။ သို့သော် (ယနေ့ ဖြစ်နေသည့် အစဉ်အလာ
ဆိုကြီးကဲ့သို့) ဂုနာဖက်နဟင်တပြီး ဒုအာတောင်းခြင်း မပိုင်ပေ။
(မိရ်ကားသ်ကျမ်း၊ အလ်ဗက်ရ်ရ်ရက်ကျမ်း)

အိပ်စက်အနားယူခြင်း၏ ဂွဗ္ဗသံကျင့်စဉ်များ

၁။ တမန်တော်မြတ် ၏ သည် အောက်ပါအရာများပေါ်တွင်
လဲလျောင်းအိပ်စက် အနားယူတော်မူခဲ့သည်။

(၁) မွေယာ (၂) ဖျာ (၃) အဝတ်အဝင်း (၄) မြေကြီး

(၅) ကွပ်ပျပ် (၆) ကုတင်

(၇) သားရေနှင့် အရေခွံ (စာဒွလ်အာဒ်ကျမ်း)

၂။ ဂုဏ်နှင့်တကွ အိပ်ခြင်း (အဗူအိဗ္ဗဒ်ကျမ်း)

၃။ မိမိ၏အိပ်ရာပေါ်သို့ လာသောအခါ အိပ်ရာမှ အဝတ်အစား
စဖြင့် (၃) ကြိမ် ခါပါ။ (ဥပသိက္ခာ၊ မှတ်စလင်မိကျမ်း)

၄။ မအိပ်မီအလျှင် “ဗိမ္ဗိလ္လာဟ်” ဆို၍
(၁) တံခါးပိတ်ပါ။ (၂) မီးခွက်အိမ်ကိုဦးမီးလိုက်ပါ။
(၃) ရေအိတ်၏ပါးစပ်ကို ချည်နှောင်ပါ။ (၄) ပန်းကန်
ခွက်ယောက်ပျားကို ဖုံးအုပ်ထားပါ။ (မှတ်စလင်မိကျမ်း)
အကယ်၍ ဖုံးအုပ်ရန် တင်နိုင်တစ်ရာမရှိလျှင် အိုးခွက်၏
အပေါ်တွင် သင်သာတစ်ချောင်းကို (အလျှော့လိုက်) တင်
လိုက်ပါ။

(မှတ်စလင်မိကျမ်း၊ တွဲ-၂၊ စာ-၁၃၀)

၅။ ထိရှာအိပ်ရာမှ နုတ်ထွက်ပြီးနောက် ပုံပြောခြင်း (အလ္လာဟ်
သလ္လာဟ်) စကားပြောခြင်းများ ပိတ်ပင်ထားခြင်းဖြစ်သည်။
နုတ်ထွက်ပြီး အိပ်လိုက်ရမည်။ သို့ရာတွင် ကရားဟော
ကြားခြင်း၊ သာသနာ့အကြောင်းကိစ္စရပ်များ ပြောဆိုရန်နှင့်
ဝမ်းစာရိက္ခာရှာဖွေရန်တို့အတွက် မအိပ်ဘဲ နေခွင့်ရှိသည်။

၆။ အိပ်ခါနီး မျက်စိထဲတွင် စွန်ပတ် (၃) ကြိမ်သည့်ခြင်းသည်
စွန့်သိမ်းခြင်းဖြစ်သည်။ အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသမီး နှစ်ဦးစလုံးအပို
စွန့်သိမ်းရန်လေသည်။ (ဓမ္မဟဒ္ဒီလေသိရ်မိကျမ်း)
အိပ်စက်ရန် ရည်ရွယ်သောအခါ အလင်ဟမ်ဒု (စုရဟ်မာသိ
ဟဟ်) အာယသွလ်ကုရ်စီ၊ စုရဟ်မွလ်က (သမာရကလ်
လဇီး)၊ ကွလ် (၄) ပုဒ်နှင့် ဒရှင်းရှင်းမိတို့ကို ဖတ်ပါ။
အကယ်၍ များစွာမဖတ်နိုင်ပါက စုရဟ် (၁) ပုဒ် (၂) ပုဒ်
ဖြစ်စေ မှတ်လိုက်ပါ။ ဤသည် လောကနှင့် နောင်
တမလွန်အတွက် ကောင်းကျိုးမက်လာရန်နှင့် ကံကြမ္မာ
ကောင်းခြင်း၏ ရေသောက်မြစ်ဖြစ်ပေသည်။

မှတ်ချက်။

။ (အထူးသတိပေးချက်)

ဟဒီးဆ်တော်တွင်လာသည်မှာ ရှိသွားနိက ကြွက်အား
(မီးလောင်စေရန် အကြောင်းခံဖြစ်သည်) မီးကို ဆွဲယူသွား
ရန် လမ်းပြပေးသည်။

(ဟိဆ်ဇေဟဆိုးနိ)

မှတ်စလင်မ်ကျမ်းတွင် ဆင့်ပြန်ချက်တစ်ရပ် လာရှိပေသည်။
တစ်နှစ်ဖွင့် (တစ်ကြိမ်) ဘေးဆူဆိုးများ ကုရောက်သည်
ညတစ်ညရှိလေသည်။ ယင်းညတွင် ထိုဘေးဆိုးအန္တရာယ်
သည် အိုးခွက်တစ်ခုတစ်ရာပေါ်မှ ဖြတ်သွားသော် ဤ
ဘေးဆိုး၏ အစိတ်အပိုင်းအချို့ ပျက်စီးရောက်သွားပေမည်။

(မှတ်စလင်မ်ကျမ်း၊ တွဲ-၂၊ စာ-၁၇၁)

၇။ မတိယီအလျှင် သက်(၆)မိတ္တူသိမဟ် "မွန်ဟာနုလ္လာဟ်"
(၃၃) ကြိမ်၊ "အလ်ဟမ်ဒုလီလ္လာ" (၃၃) ကြိမ်၊ "စာလ္လာ
ဟုအက္ကဗရ်" (၃၄) ကြိမ်ပတ်ပါ။

(ဥဆီရီ၊ မှတ်စလင်မ်၊ အဗူဒါဝူးဒ်၊ သီရိမိကျမ်း)

၈။ ညာဘက်စောင်း၍ ကိမ်လဟ်ဘက်သို့ပျက်နာမှုကား အိပ်
ခြင်းသည် မွန်သိဖြစ်သည်။ (ရှမာအီလေသီရိမိ၊ အဗူဒါဝူးဒ်)
မှောက်လျက်အနေအထားဖြင့် အိပ်စက်ခြင်းမှာ ရှိသွားနိ
၏ အိပ်ခြင်းဖြစ်သဖြင့် တားမြစ်ထားလေသည်။

(သီရိမိကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၁၀၅)

အဗူဒါဝူးဒ်ကျမ်း၊ တွဲ-၂၊ စာ-၃၃၁)

၉။ အိပ်ရာပေါ် လဲလျောင်း၍ ဤဒုအာကိုပတ်ပါ။

بِاسْمِكَ رَبِّي وَضَعْتُ جَنْبِي وَبِكَ
ارْتَفَعْتُ إِنْ أَمْسَكْتَ نَفْسِي فَأَعْفِرْ لَهَا
وَإِنْ أَرْسَلْتَهَا فَأَحْفَظْهَا بِمَا تَحْفَظُ
بِهِ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ ٥

(ခုခါရိုကျမ်း။ တွဲ-၂၊ စာ-၉၃၅
မှတ်စံလင်္ကန်း။ တွဲ-၂၊ စာ-၃၄၉၊
သင်ရိုမေဇီကျမ်း။ တွဲ-၂၊ စာ-၁၇၇)

၁၀။ ပြီးနောက် ဤဒုအာကိုပတ်ပါ။

اللَّهُمَّ بِاسْمِكَ أَمُوتُ وَأَحْيَا ٥ (بخارى مسلم)

အဓိပ္ပာယ်။ ။ အို-အလ္လာဟ်အရှင်ဩဝါ၊ ကျွန်တော်မျိုးသည်
အရှင်နာမ်တော်ကို တ၊သ၍ သေဆုံးပြီး အရှင်နာမ်တော်ကို
တ၊သ၍ အသက်ရှင်လျက်နေပါသည်။

၁၁။ မအိပ်မီအလျှင် ဤအင်(စ်)သစ်ဂ်ဖာရ်ကိုလည်း (၃) ကြိမ်
ဖတ်ပါ။

اسْتَغْفِرُ اللَّهَ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ
الْحَيُّ الْقَيُّومُ وَاتُوبُ إِلَيْهِ (ترمذ)
جلد ۲، صفحہ ۱۷۷

(သိရိမိကျမ်း၊ တွဲ-၂၊ စာ-၁၇၇)

- ၁၂။ အကယ်၍ ကြောက်မက်ဖွယ်ရာကောင်းသော အိမ်မက်
တစ်ခုတစ်ရာမြင်ရလျှင် “အဖူးမင်္ဂလာဟိမိ နက်ရှိုင်းသူနှင့်
ဆစ်ရကျိုးမိ” (၃) ကြိမ်ဖတ်ပြီး လက်ဝဲဘက်သို့လှည့်၍
တံတွေးထွေးလိုက်ပါ။ ၎င်းနောက် ဘက်ပြောင်း၍ အိပ်ပါ။
အချိန်ရမည်ဆိုလျှင် စွန့်သံတော်ကို လိုက်နာကျင့်သုံးသော
အားဖြင့် နေ့လည်နေ့ခင်းတွင် အိပ်ချင်သည်ဖြစ်စေ၊ မအိပ်
ချင်သည်ဖြစ်စေ ခေတ္တခဏ လဲလျောင်းခြင်းသည် စွန့်သံ
ဖြစ်သည်။ (မွတ်စ်လင်မ်ကျမ်း)

လူမှုရေးဆိုင်ရာ စွန့်သံတော်များ

- ၁။ စလာမ်ပေတ္တာပို့သ၍ နှုတ်ခွန်းဆက်သခြင်းသည်
မွတ်စလင်မ်များအတွက် အလွန်ကြီးမားသော စွန့်သံတော်
ဖြစ်သည်။ တမန်ဘော်ပြတ် နှစ် ၈ စလာမ်နှင့်ပတ်သက်
၍ အလွန်လေးနက်စွာ မိန့်ကြားတော်မူထားသည်။ အဘယ်
ကြောင့်ဆိုသော် “စလာမ်” ပေတ္တာပို့ခြင်းဖြင့် အချင်းချင်း
ပွင့် ချစ်ခင်မှုကိုပွားလာလေသည်။ မွတ်စလင်မ်တိုင်းသည်
တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် သိသည်ဖြစ်စေ၊ မသိသည်
ဖြစ်စေ စလာမ်ပေတ္တာပို့သရမည်။ (ဗုခါရီကျမ်း)

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် စလောင်သည် အစ္စလာမ်၏ (ဟက်) ဝတ္တရားဖြစ်သည်။ တစ်စုံတစ်ယောက်ကို မိတ်ဆွေအဖြစ် သိကျွမ်းမှတ်ခြင်းအပေါ်၌ မမှုတည်ပေ။

၂။ ဗုခါရ်ကျမ်းနှင့် မွတ်စလင်မ်ကျမ်းများရှိ ဟဒီးဆ်တော်တစ်ရပ်တွင် ကိုယ်တော်သည် ကလေးများအနီးသို့ ဖြတ်လျှောက်တော်မူသောအခါ ၎င်းကလေးများကို စလောင်ဖို့သ နှုတ်ခွန်းဆက်တော်မူသည်ဟု လာရှိသည်။ ထို့ကြောင့် ကလေးများကိုလည်း စလောင်မေတ္တာပို့ခြင်းမှာ စွန့်သိပ်ခြင်းမဟုတ်။
(မွတ်စလင်မ်ကျမ်း။ တွဲ-၂ စာ-၂၁၄)

၃။ စလောင်မေတ္တာပို့သည့် စွန့်သိပ်ခြင်းလမ်းမှာ နှုတ်မ (السلام عليكم) “အတ်စလာမုအလိုင်ကွမ်း” ဟုဆိုပါ။ လက်ဖြင့် ဖြစ်စေ၊ ခေါင်းဖြင့် ဖြစ်စေ လက်ညှိုးဖြင့် အမှတ်လက္ခဏာပြု၍ စလောင်ပေးခြင်း (သို့) စလောင်ပေးသည်ကို တုံ့ပြန်ပြောကြားခြင်းတို့မှာ စွန့်သိပ်တော်နှင့် ဆန့်ကျင်ပေသည်။ သို့သော် အငေးမှစလောင်ပေးသော် နှုတ်လျှာနှင့် လက်နှစ်ခုစလုံးဖြင့် စလောင်ပေးပါ (ဝါ) နှုတ်လျှာဖြင့် (السلام عليكم) ဟု ဆိုကာ လက်ဖြင့် စလောင်ပေးနေကြောင်း လက္ခဏာဖြင့် ပြရပေမည်။
(ပစ်ရှ်ကားသ်၊ တွဲ-၂၊ စာ-၃၉၉)

၄။ မွတ်စလင်မ်တစ်ဦးတစ်ယောက်နှင့် တွေ့ဆုံသည့်အခါ လောင်ဆိုပြီးနောက် မုဆွာဖဟတ် (ခေါ်) လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်းမှာ စွန့်သိပ်ခြင်းမဟုတ်။ အမျိုးသမီးများသည် အမျိုးသမီးအချင်းချင်း မုဆွာဖဟတ် ပြုလုပ်နိုင်သည်။
(ပစ်ရှ်ကားသ်ကျမ်း)

- ၅။ အခမ်းအနား ထိုင်ဝိုင်းတစ်ခုခုသို့သွားသောအခါ ရသည် နေရာကွင်ထိုင်ပါ။ အခြားသူများကို ဖယ်ခိုင်းခြင်းနှင့် ထခိုင်းပြီး ၎င်း၏နေရာတွင် ဝင်ထိုင်ခြင်းသည် “ဂုဏ်” အပြစ် ဖြစ်လေသည်။ ၎င်းပြင် မက္ကရုတ်ဖြစ်သည်။
(ဗုဒ္ဓါရုံကျမ်းနှင့် မုတ်လင်မ်ကျမ်း)

- ၆။ တစ်ဦးတစ်ယောက်သည် အသင်နှင့်တွေ့ဆုံရန်လာသော် ထိုရောက်လာမည့်သူ နေရာရရှိစေရန် အနည်းငယ်ကျွံ၍ (မိမိနေရာမှ အနည်းငယ်ရွှေ့ထိုင်ခြင်းသည် စွန့်သလည်း ဖြစ်ပြီး ရောက်ရှိလာသူအား ဂုဏ်ပေးလေးစားရာရောက်ပေသည်။
(စာသွယ်သွားလေဝီးနှင့်-ခိုင်ဟက်)

- ၇။ တစ်ခါဟင်ရံ သူသုံးယောက်ရှိသည့်အနက် တစ်ယောက်ကို ချန်လှပ်ထားပြီး လူနှစ်ယောက် နှစ်ကိုယ်ကြား တီးတိုး ပြောဆိုခွင့်မရှိ။ ဤသို့ ပြုဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ထိုတတိယ ပုဂ္ဂိုလ်ကို (သံသယစိတ်များစင်လာခြင်းကြောင့်) ဝမ်းနည်း ပူပေးမှု ခံစားရမည်။ မွတ်စလင်မ်တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို စိတ်ဆင်းရဲအောင်ပြုလုပ်ခြင်း အလွန်အပြစ်ကြီးသည်။
(မွတ်စလင်မ်ကျမ်း)

- ၈။ တစ်ဦးတစ်ယောက်၏အိမ်သို့သွားလျှင် ၎င်း၏ခွင့်ပြုချက် ချပု အိပ်ထဲသို့ဝင်ရမည်။
(ဗိရှ်ကာသ်ကျမ်း)

- ၉။ သမ်းချင်သောအခါ ပါဆပ်ကိုပိတ်ထားရန် စွန့်သင့်သည်။ ကြိုးစားသော်လည်း ပါးစပ်ပိတ်ပိတ်ထားနိုင်လျှင် လက်ဝဲဘက် လက်မိုက်ကို ဝါးစပ်ပေါ်သို့တင်ထားပါ။ “ဟား” ဟူသော

အသံ မထွက်စေရ။ ဤအချက်ကို ဟဒီးသ်တော်တွင်
တားမြစ်ထားလေသည်။ (ဗုခါနီ တွဲ-၂ စာ-၉၁၉)

မှတ်စုလင်္ခာကျမ်း တွဲ-၂ စာ-၄၁၂၊ ၄၁၃)

၁၀။ အကယ်၍ တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ကောင်းသောအမည်
ကြားပြီး ၎င်းအမည်ဖြင့် မိမိ၏ရည်ရွယ်ချက်အတွက် ကောင်း
သောနိမိတ်လက္ခဏာ ထင်မှတ်ခြင်းသည် စွန့်သိမြင်သည်။
၎င်းနှင့် ဤနာမည်ကြောင့် ဝမ်းသာခြင်းမှာလည်း စွန့်သိ
မြင်သည်။ မကောင်းသော အဘိတ်ဆို၊ နိမိတ်ဆို၊
ကောက်ယူခြင်းကို ပြင်းထန်စွာ တားမြစ်ထားသည်။ ဥပမာ
လမ်းသွားနေလျှင် တစ်စုံတစ်ယောက်က နာချေလိုက်သည်ကို
မြင်ပြီး အလုပ်မဖြစ်တော့ပါဟူ၍ မှတ်ယူခြင်း (အဘိတ်နိမိတ်
ကောက်ယူခြင်း)၊ ကျီးကန်းအော်ခြင်း၊ ပျောက်ကိုပြင်တွေ
ရခြင်းနှင့် မီးကွက်အော်သံကိုကြားပြီး ဤအော်သံကြောင့်
ဘေးဒုက္ခကျရောက်လာမည်ဟု စွဲထင်မှတ်ခြင်းသည် အလွန်
အသိတရားခေါင်းပါးပြီး လုံးဝအခြေအမြစ်မရှိပေ။ ၎င်းပြင်
လွဲမှာပြီး လမ်းမှားသည့် (အကီဒဟ်) အယူဝါဒဖြစ်သည်။
ထိုနည်းတူ တစ်စုံတစ်ယောက်အား အမတ်လာထင်မှတ်
ခြင်း၊ နေ့ရက်တစ်စုံတစ်ရာကို မတ်လာမရှိဟု ထင်မှတ်ခြင်း
သည် အလွန်ဆိုးရွားသောကိစ္စရပ်ဖြစ်သည်။

(မိရှ်ကာသ်ကျမ်း တွဲ-၉၊ စာ-၂၁၆)

စွန့်သိပေါ်တွင် လက်တွေ့ကျင့်သုံး နေထိုင်ခြင်းဖြင့်
“ဗနာဟ်” ယူသားသည် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏အချစ်
တော်ဖြစ်သွားသည်။ ထို့ကြောင့် ဤကျင့်စဉ်များအပေါ်တွင်
စွဲမြဲစွာ ဂရုတစိုက် “အမယ်” ကျင့်သုံးရပေမည်။

ဒွိဟသံသယများကင်းဝေးရန်နည်းလမ်း၊

‘ကွပ်ရံ’ (သွေဖည်ခြင်းဆင့်မှု) နှင့် ‘ဂုဏဟိ’ အပြစ်ကျူးလွန်
ရန် စိတ်ထဲတွင် ခံစားဖြစ်ပေါ်လာစဉ် ဤသို့ရွတ်ဖတ်ခြင်းမှာ
စွန့်သံဖြစ်သည်။

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

အအူရုဗစ်လ္လာဟိမိနက်ရှ်ရှိုင်သွာန်နစ်ရ်ရုဗ်းစ်။

أَمْسُتُ بِاللَّهِ وَرُسُلِهِ ۝

အာမန်သုဗစ်လ္လာဟိဝရူလိဟိ။

ဖတ်ပါ။

(မိရ်ကားသံကျမ်း။ တွဲ-၁၊ စာ-၁၃၇)

စဉ်းစားတွေးတောခြင်းဆိုင်ရာစွန့်သံတော်

၂။ ဒုတိယစွန့်သံတော်မှာ

အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ ဇာတိတော်နှင့်ပတ်သက်၍ လေ့လာ
စမ်းစစ်မှုမပြုနှင့်။ လေ့လာစမ်းစစ်ခြင်းနှင့် တွေးတောရမည့်
အချက်မှာ ဖန်ဆင်းခံ မိုး၊ ငြေ၊ နေ၊ လ အရာခပ်သိမ်းနှင့်
ပတ်သက်၍ဖြစ်သည်။ (အဖန်းဆင်းခံနှင့်စပ်လျဉ်း၍သာ
စဉ်းစားတွေးတောပါလေ)။

كَمَا فِي الْحَدِيثِ، تَفَكَّرُوا فِي خَلْقِ اللَّهِ وَلَا تَتَفَكَّرُوا

فِي اللَّهِ فَإِنَّكُمْ لَمْ تَقْدِرُوا أَقْدَرَهُ (الترغيب والترهيب)

အဓိပ္ပာယ်။

။ ဟဒီးစ်တော်တစ်ရပ်တွင် လာရှိသည်မှာ-

အသင်တို့သည် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ အမိန့်ဆင်းခံနှင့်စပ်လျဉ်း၍ စဉ်းစားတွေးတော၊ လေ့လာစမ်းစစ်မှုပြုကြလေကုန်။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ “ဇာသ်” ဇာဘီတော်နှင့် ပတ်သက်၍ စဉ်းစားတွေးတောခြင်း၊ လေ့လာစမ်းစစ်ခြင်း၊ မပြုကြလေနှင့်။
(သရ်ဂိုးဗ်ကျမ်း)

အရေးကြီးသောသဘာဝနာသွန်သင်ချက်အချို့

❶ မည်သူမဆို ရှုလိမ္မော်တမန်တော်၏ အမိန့်တော်ကို နာခံခဲ့လျှင်၊ စင်စစ်အားဖြင့် ထိုသူသည် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ အမိန့်တော်ကို နာခံခဲ့ခြင်းသာဖြစ်၏။ (အစောင်-၅၊ ရှုကူးဆ်-၈)

❷ ကိုယ်တော်မြတ်က ငါတို့၏ ငယ်သူများကို မသနားသူ၊ ကြီးသူများအား ပလေးစားသူ၊ ကောင်းသောအလုပ်များလုပ်ရန် မဆုံးမသောသူနှင့် မကောင်းမှုကို မတားမြစ်သောသူသည် ငါတို့အထဲမှ မဟုတ်ဟု မိန့်ကြားတော်မူ၏။

(သိင်္ဂီကျမ်း)

❸ မွတ်စလင်မ်တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ အသက်နှင့် ဥစ္စာပစ္စည်းကို ဆုံးရှုံးနှစ်နာစေသူ သို့မဟုတ် လှည့်ဖြားသောသူသည် ကျိန်ဆဲခြင်းခံရမည်။ (မလ်အူးန် (၁၆) လာဟ်နသ် ခံယူထိုက်သူဖြစ်၏)

(သိင်္ဂီကျမ်း)

❹ အသင်သည် ဒွန္နယာလောကတွင် ခရီးသွားသူတစ်ဦးကဲ့သို့ နေပါ။

(ဗုခါရီကျမ်း)

❺ အကြင်သူ၏ နှုတ်လျှာမှလည်းကောင်း၊ လက်မှလည်းကောင်း၊ မွတ်စလင်မ်များ ချမ်းသာမှုရရှိအံ့။ ထိုသူသည်

အရည်အချင်းပြည့်ရှိသည့် မှတ်စလင်မိပြစ်သည်ဟု တမန်တော်ပြတ်
မိန့်ကြားတော်မူခဲ့လေသည်။ (ဗုခါရိကျမ်း)

● မိဘနှစ်ပါးကို ဒုက္ခပေးခြင်းဖြင့် ဤလောကတွင်လည်း ဘေး
တွေ့ရမည်။ (မိန့်ကားသံကျမ်း)

● အချက် (၅) ချက်ကို ၅ ခုသောကိစ္စမပြန်မီအလျင် တန်
ဖိုးထားပါ။

- ၁။ ပျို့ရွယ်မှုကို အိုမင်းရင့်ရော်မှု မတိုင်မီ။
- ၂။ ကုန်းမာခြင်းကို ရောဂါမဖြစ်မီ။
- ၃။ ကြွယ်ဝချမ်းသာမှုကို မဆင်းရဲမီ။
- ၄။ အားလပ်မှုကို မအားလပ်မီ။
- ၅။ အသက်တာဝကို သေခြင်းတရားမဆိုက်ရောက်မီအလျင်။
(သိရ်မိကျမ်း)

အိမ်သိခါရုန်ဟင်

ဟင်ရယ်ဂျာဗင်ရံ ၂ သခင် ဆင့်ပြန်ခဲ့သည်မှာ -
တမန်တော်ပြတ် ၁၆ က မိမိ၏ဆွဟာဗော်သာဝကကြီးများ
အား အိမ်သိခါရုန်၏ ဒုက္ခကို ကုန်အာနိကျမ်းမြတ်၏ စုရုန်များ
ကျက်မှတ်နိုင်သကဲ့သို့ သင်ကြားပေးတော်မူခဲ့သည်။ (ဗုခါရိကျမ်း)
ကိုယ်တော်က အနက်(၆)သခင်အား ဤသို့မိန့်ကြားတော်
မူခဲ့သည်။ "အို-အနက်၊ အသင်သည် တစ်စုံတစ်ရာသောကိစ္စ
ကို လုပ်ဆောင်ရန် ဧဝေဇေါ ချီတုံချက်ဖြစ်နေပါက မိမိ၏အရှင်
ထံတွင် အင်(၆)သိခါရုန် အကြံရယူပါလေ။ ၎င်းအင်(၆)သိခါရုန်
ကို (၇) ကြိမ် ဖြူသုပ်ပါ။ ထို့နောက် စိတ်တွင် အခိုင်အမာဖြစ်
ပေါ်လာသော ကိစ္စသည် ကောင်းသောကိစ္စဖြစ်သည်ဟု မှတ်ယူ
ပါ။ (ရှာမိကျမ်း၊ တွဲ-၁၊ စာ-၅၀၇)

မှတ်ချက်။

၁။ အိမ်မက်တစ်စုံတစ်ရာ ဖြစ်မက်ရန် သို့မဟုတ် အသံတစ်ခု ကြားရန် မလိုပါ။ အခြားသူများကို (မိမိအတွက်) အပ်သေ ခါရတ် ပြုခိုင်းခြင်းသည် ဟဒီးစ်တော်များတွင် ခိုင်မာသည့် အထောက်အထားမပါရှိပေ။ အခြားသူများထံမှ “مشور” (မရှ်ဝရဟ်ရယူခြင်း၊ အကြံဉာဏ်တောင်းခြင်းသည် စွန့်သံ ဖြစ်၏။ ဟဒီးစ်တော်တွင် လာရှိသည်မှာ “မက်ရှ်ဝရဟ်” လုပ်ပြီး အလုပ်လုပ်ခြင်းဖြင့် အရှက်တကွဲ အကျိုးနည်းမည် မဟုတ်ပေ။ ၎င်းဖြင့် အစ်(စ်)သေခါရတ်ပြုလုပ်၍ လုပ် ကိုင်ခြင်းအားဖြင့် အကြောင်းမလှမဖြစ်ပေ။

၂။ အလုပ်ကိုစွ တစ်စုံတစ်ရာအတွက် အလှူအမြန် အစ်(စ်)သီ ခါရတ်ပြုလုပ်လိုပြီး အပ်သေခါရတ်နမာစ် ဝတ်ပြုရန် အချိန်မရသောအခါ အစ်(စ်)သီခါရတ်၏ ဒုအာ ကိုသာ ဖတ်လိုက်ခြင်းသည် လုံလောက်သွားပေသည်။ အကယ်၍ အစ်(စ်)သီခါရတ်ဒုအာအလွတ်မရပါက ဤဒုအာ ကို (အတိုကောက်) ရွတ်ဖတ်လိုက်ပါ။

اللَّهُمَّ خِزْلِي وَاخْتِزْلِي ۝ (شاذလ)

(ရှာဖီကျမ်း၊ တွဲ-၁)

အိမ်သို့ရောက်အံ့

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْتَخِيرُكَ بِعِلْمِكَ وَأَسْتَقْدِرُكَ
بِقُدْرَتِكَ وَأَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ الْعَظِيمِ
فَإِنَّكَ تَقْدِرُ وَلَا أَقْدِرُ وَتَعْلَمُ وَلَا أَعْلَمُ
وَأَنْتَ عَلَّامُ الْغُيُوبِ اللَّهُمَّ إِنْ كُنْتَ
تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الْأَمْرَ

(خَيْرٌ لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ
أَمْرِي فَأَقْدِرْهُ لِي وَيَسِّرْهُ لِي ثُمَّ بَارِكْ
لِي فِيهِ وَإِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الْأَمْرَ
(شَرٌّ لِي فِي دِينِي
وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي فَاصْرِفْهُ عَنِّي
وَاصْرِفْنِي عَنْهُ وَاقْدِرْ لِي الْخَيْرَ حَيْثُ
كَانَ ثُمَّ ارْضِنِي بِهِ) (بخاری ص ۹۳۳، دولت حسین)

မုဉ်းတားထားသောနေရာများတွင် မိမိ၏လိုအပ်ချက်များကို စဉ်းစားပြီး
စိတ်ချွတ်ပါလေ။

ဤဒုအာကိုဖတ်ပြီးနောက် စိတ်တွင် အခိုင်အမာဖြစ်ပေါ်
သော ကိစ္စသည် ကောင်းသောကိစ္စဖြစ်၏။ ယင်းကိစ္စကိုပင်
ပြုလုပ်သင့်၏။ ထိုထဲတွင်ပင် “ခိုင်းရ်” ကောင်းချီးမင်္ဂလာရှိသည်
ဟု မှတ်ယူရပေမည်။

ဆလသွယ်ဟာဂျာဗ

(ဟာဂျာဗနဟင်အကြောင်း)

ဟင်ရပ် အင်ဒုလ္လာဟ်အင်ဗနအဘီအောင်ဟာက ဆင့် ပြန်ခဲ့သည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ သခင် မိန့်တော်မူသည်မှာ- အကြင်သူသည် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်အထံတော်၌လည်း ကောင်း၊ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ထံမှလည်းကောင်း၊ လောကီ၊ နောင်တမလွန်အရေးနှင့်စပ်လျဉ်းသော လိုလားချက်တစ်ခုတစ်ရာ ရှိလျှင် ထိုသူသည် ကောင်းမွန်စွာ (ဝါ ဂုဏ်စည်းကမ်း ဂွဇသ် စသည်တို့ကို ဂရုပြုလျက်) ဂုဏ်ပြု၍ နှိပ်နာမာန် နှစ်ရကအသ် ဖတ်ရပေမည်။

တစ်ဖန် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်အား စီးမွန်းထောမနာများစွာ ပြု၍ နှိပ်တမန်တော်မြတ်အပေါ် ခရုတ်ပိုသပြီး အောက်ပါဒုအာကို ဖတ်ရွတ်ခဲ့သော် အင်န်ရှာအလ္လာဟ် ထိုသူ၏လိုလားချက် ပြည့်ဝ မည်ဖြစ်၏။

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْحَلِيمُ الْكَرِيمُ سُبْحَانَ
اللَّهِ رَبِّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ الْحَمْدُ لِلَّهِ
رَبِّ الْعَالَمِينَ - اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ
مُوجِبَاتِ رَحْمَتِكَ وَعَذَابَاتِ مَغْفِرَتِكَ
وَالنَّيِّمَةَ مِنْ كُلِّ بَرٍّ وَالسَّلَامَةَ مِنْ
كُلِّ أَثِمٍّ لَا تَدْعُ لِي ذَنْبًا إِلَّا غَفَرْتَهُ
وَلَا هَمًّا إِلَّا فَتَحْتَهُ وَلَا حَاجَةً هِيَ لَكَ
رِضًا إِلَّا قَضَيْتَهَا يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ -

(ترمذی جلد ۱ ص ۱۰۸، شامی جلد ۱)

အဓိပ္ပာယ်။

။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်မှတစ်ပါး ခဝ်ကုံးကွယ်
ရာအရှင်ဟူ၍ အလျဉ်းမရှိ။ ထိုအရှင်မြတ်သည် သည်းခံတရားနှင့်
ပြည့်စုံတော်မူသောအရှင်၊ အလွန် ရက်ရောတော်မူသောအရှင်
ဖြစ်တော်မူသည်။ အကြင်အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် သန့်ရှင်း
စင်ကြယ်တော်မူ၏။ ထိုအရှင်သည် မြင့်မြတ်သော အရတ်ရှိ
ပလ္လင်တော်ကို စိုးပိုင်တော်မူသောအရှင် ဖြစ်တော်မူ၏။ သိုးမွမ်း
ထောမနာဟူသမျှကို စကြဝဠာအပေါင်းတို့အား ပန်ဆင်းမွေးမြူ
တော်မူသော အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သာ ခံယူထိုက်တော်မူ၏။
ကျွန်တော်မျိုးသည် အရှင်မြတ်အထံတော်၌ အရှင်မြတ်၏ ကဋက
သက်ရောက်ရန် အဆင်ပြေမှုကိုလည်းကောင်း၊ အရှင်မြတ် လွတ်
ငြိမ်းချမ်းသာ ပေးသနားတော်မူရန် အကြောင်းတရားဖြစ်အံ့သော
အကျင့်အမှုများကို ကျင့်မှုနိုင်ရန် အဆင်ပြေမှုကိုလည်းကောင်း၊
ကောင်းမှုအသီးသီးတို့၏ အကျိုးကျေးဇူးကိုလည်းကောင်း၊ ဖြစ်မှု
အသီးသီးကိုမှ လုံခြုံမှုကိုလည်းကောင်း အသနားခံပါသည်။

အရှင်မြတ်သည် ကျွန်တော်မျိုး၏ မည်သည့်
အပြစ်ကိုမျှ (မှ) လွတ်ငြိမ်းချမ်းသာခွင့်မပေးဘဲ ချန်ထားတော်မူ
ပါနှင့်။ ထိုနည်းတူစွာ မည်သည့်ခက်ခဲမှု၊ မည်သည့်စိတ်သောက
ဖြစ်မှုကိုမျှ ချန်ထားတော်မူပါနှင့်။ ထို့အပြင် အရှင်မြတ်သည်
ကျွန်တော်မျိုး၏ မည်သည့်လိုလားချက်ကိုမျှ ပိတ်ပင်တားဆီးတော်
မူဘဲ မိမိအလိုတော်နှင့်အညီ ဖြည့်တင်းပေးတော်မူပါ။

မှတ်ချက်။

။ (ဒုအာတောင်းဆိုသည်အချိန်တိုင်း) ဒုအာဆု
မတောင်းမီနှင့် ဒုအာ၏အဆုံး၌ ဒုဇ္ဈင်္ဂရုရီးဖ်ဖတ်ခြင်းသည်
ဆုတောင်းပြည့်ရန် အလွန်ခိုင်မာသော အကြောင်းခံဖြစ်ပေသည်။

အလ္လာဟ်ရှာမီ (الله أكبر) သခင်က အလ္လာဟ်အရှင်
အစ်ဟာက် (ရှာသွေဗီ) သခင်၏ မိန့်ကြားချက်ကို ဤသို့
တစ်ဆင့်မိန့်ကြားလေသည်။

الصَّلَاةُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ
مُجَابَّةٌ عَلَى التَّطَعُّعِ
فَإِنَّ الْكَرِيمَ لَا يَسْتَجِيبُ بَغْضَ
الدُّعَاءِ وَيَرْدُّ بَقْضَهُ ۝

ဆိုလိုသည်မှာ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် ဒုဏ္ဍိရရိုးကို လက်ခံကုလ်ပြုတော်မူသည်။ ရက်ရောစွာ ပေးကမ်းစွန့်ကြဲတော်မူသော အရှင်သည် အချို့ဒုအာများကို လက်ခံပြီး အချို့ကို ယယ်ချမည်ဆိုလျှင် ဤသည် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် ဆန့်ကျင်သောကိစ္စဖြစ်သည်။

အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည်ဟန်ဒရာ နီရဟ်မသွလ္လာဟ်သခင်က ပြောကြားသည်မှာ ဒုအာ၏ အစနှင့် အဆုံးတွင် ဒုဏ္ဍိရရိုးမှ ရွတ်ဖတ်ထားသော ဒုအာသည် ကဏ္ဍလ် ပြု လက်ခံသဘောတူခြင်းခံရသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် ဒုအာအစနှင့် အဆုံးတွင်ရှိသော ဒုဏ္ဍိရရိုးကို လက်ခံတော်မူပြီး ဒုဏ္ဍိရရိုး၏ကြားတွင်ရှိသော ဒုအာဆုမွန်များကို ယယ်ချလိုက်မည်ဆိုပါလျှင် ဤသည် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ ရက်ရောစွာ ပေးကမ်းစွန့်ကြဲခြင်းနှင့် ဝေးကွာသောကိစ္စဖြစ်လေသည်။

فَإِنَّ اللَّهَ يَقْبَلُ الصَّلَاتَيْنِ وَهُوَ أَكْرَمُ
مَنْ أَنْ يَسْتَدْعَا مَا بَيْنَهُمَا (شأنی جلد ۱)

မှတ်ယူကျင့်သုံးစွယ်ရာ စွန့်သင်တော်အဖြာဖြာ

● စွန့်သင်တော်။ ။ ကိုယ်တော်မြတ် ၏ လမ်းလျှောက်တော် မူသောအခါ မိမိအရှေ့ရှိ လူများကို ဖယ်ရှားတော်မူလေ့မရှိပေ။

● စွန့်သင်တော်။ ။ ကိုယ်တော်သည် ခွင့်ပြုထားသော ကိစ္စရပ် (အစွလားခံနှင့်ဆန့်ကျင်သော ပြုနိုင်သည့်အလုပ်) ကို တားမြစ်ခြင်းပြုတော်မူပေ။ တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ မေးခွန်းကို ဖြေကြားရန်ရှိပါက “ဟုတ်ကဲ့” ဟူ၍ မိမိကြားတော်မူပြီး ဖြေကြားရန်မရှိပါက ဆိတ်ဆိတ်နေတော်မူလေသည်။ တစ်စုံတစ်ယောက်က မိမိ၏မျက်နှာကို မလွှဲဖယ်သမျှကာလပတ်လုံး ကိုယ်တော်သည် မိမိ၏မျက်နှာတော်ကို လွှဲဖယ်တော်မူလေ့မရှိပေ။ ၎င်းပြင် တစ်ဦးတစ်ယောက်က နှစ်ဦးကြား တီးတိုးစကားပြောလိုက ကိုယ်တော်ပြတ်သည် မိမိ၏ရွှေခန်းတော်ကို သူ၏အနားသို့ တိုးကပ်ပေးတော်မူသည်။ ထိုသူ၏စကား မပြီးဆုံးသရွေ့ မိမိ၏ခန်းတော်ကို ဖယ်ခွာတော်မူလေ့မရှိပေ။

● စွန့်သင်တော်။ ။ ကိုယ့်တော်မြတ်သည် နာချေသောအခါ လက် သို့မဟုတ် အဝတ်ကို ပါးစပ်ပေါ် အုပ်တင်ထားတော်မူပြီး အသံကို နှိမ့်ချတော်မူလေသည်။

● စွန့်သင်တော်။ ။ တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို လိုက်ပါပို့ဆောင်တော်မူသောအခါ ဤသို့ ဒုအာဆုတောင်းပေးသည်။ (သီရိမိနိကျမ်း)

اَسْتَوْدِعُ اللّٰهَ دِيْنََكُمْ وَاَمَّا نَتَّكُمْ
وَحَوَاتِيْمَ اَعْمَالِكُمْ ۝ (نزد)

အဓိပ္ပာယ်

။အသင်တို့၏ ဒီနိုးသာသနာအားလည်းကောင်း၊
အသင်တို့၏ ထိန်းသိမ်းအပ်သည့် အရာများအား
လည်းကောင်း၊ အသင်တို့၏ နိဂုံးချုပ်ကျင့်စဉ်များ
အားလည်းကောင်း၊ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်ထံ
တော်ဝယ် ကျွန်တော်မျိုး အပ်နှံပါ၏။

❁ စွန့်ခွာ၏။ ။ ကိုယ်တော်မြတ် ﷻ သည် နှစ်သက်ဖွယ်
တစ်စုံတစ်ရာ တွေ့မြင်ရသောအခါ ဤသို့ရွတ်ဆိုတော်မူလေ
သည်။

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْ بِنِعْمَتِهِ تَتِمُّ الصَّالِحَاتُ .

အဓိပ္ပာယ်

။ ချီးမွမ်းထောမနာပြုခြင်းအပေါင်းတို့ကို အလ္လာဟ်
အရှင်မြတ်သည်သာလျှင် ခံယူထိုက်တော်မူ၏။ ထို
အရှင်မြတ်၏ကျေးဇူးတော်ကြောင့် ကောင်းမှုများ
သည် ပြီးပြည့်စုံကြလေသည်။

❁ ၎င်းပြင် မနှစ်သက်ဖွယ်ရာအခြေအနေ တစ်စုံတစ်ရာ
နှင့် ကြုံတွေ့ရသောအခါ ဤသို့ ရွတ်ဆိုတော်မူ
လေ့ရှိပေသည်။

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ عَلَى كُلِّ حَالٍ - (ابن ماجه رحمه الله)

(အိဗ်မေဂျဟ်ကျမ်း၊ စာ-၂၇၈)

အဓိပ္ပာယ်

။ (မည်သည့်အခြေအနေ၌ပင်ဖြစ်စေ) အခြေအနေ
တိုင်း၌ ကျွန်တော်မျိုးသည် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်အား
ချီးမွမ်းထောမနာပြုပါ၏။

❶ ခုနစ်မျိုး။ ။ ကိုယ်တော်သည် တွေ့သည့်လူတိုင်းကို ယထာဗျာ စလောင်းပေးတော်မူလေ့ရှိသည်။

(ရှာမာအိလေသိရိမိကျမ်း၊ စာ-၁၁)

❷ ခုနစ်မျိုး။ ။ အရာဝတ္ထုတစ်ခုကို တစ်စောင်းမြင်တွေ့ရသည့် မျက်နှာတစ်ခုလုံးလှည့်ပြီး ကြည့်တော်မူလေသည်။ မာနထားသူများ ကဲ့သို့ မျက်စိစောင်း၍ ကြည့်တော်မူလေ့မရှိပေ။ (ခဆွာအစ်လ်ကျမ်း)

❸ ခုနစ်မျိုး။ ။ မျက်စိ (မျက်လွှာ) ကို အောက်ချထားတော်မူလေ့ရှိသည်။ အလွန်တရာ အရှက်ကြီးခြင်းကြောင့် မျက်စိအပြည့် (စူးစူးစိုက်စိုက်) ကြည့်တော်မူလေ့မရှိပေ။

(ခဆွာအစ်လ်ကျမ်း၊ စာ-၁၂)

❹ ခုနစ်မျိုး။ ။ ဆက်ဆံရာတွင် ခက်ထန်ဟကြောမှုပရှိပေ။ ညင်သာပျော့ပျောင်းမှုကို နှစ်သက်တော်မူလေသည်။ ကိုယ်တော်မြတ်သည် အလွန်နုညှိပြီး သိမ်မွေ့တော်မူသော ပုဂ္ဂိုလ်မွန်တစ်ဦး ဖြစ်ပေသည်။ အလွန်သနားညှာတာ စာနာထောက်ထားသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးလည်း ဖြစ်၏။

(မိန့်ကားသ်၊ စာ-၅၁၊ ဗဟစ်ရှ်သီဇေဝန်ကျမ်း)

❺ ခုနစ်မျိုး။ ။ ကိုယ်တော်မြတ် ၏ သည် လမ်းလျှောက်တော်မူလျှင် ခြေထောက်ကို အားအင်အပြည့်ဖြင့် လျှောက်လှမ်းပြီး အနည်းငယ် ဝှေ့သိမ့်လျှောက် ခြေထောက်ကို ခြေပေါ်သို့ လှမ်းချတော်မူသည်။ အပြင့်ဘစ်နေရာမှ အနိမ့်ပိုင်းသို့ ဆင်းလာသည့် အတိုင်း ခြေလှမ်းပြီး လျှောက်တော်မူလေ့ရှိသည်။

(ခဆွာအစ်လ်ကျမ်း)

● ဥဒ္ဓုသ်ဇော်။ ။ အားလုံးနှင့် အတူတကွ နေထိုင်ဆက်ဆံ တော်မူလေ့ရှိသည်။ (ဟန်ကြီးပန်ကြီးနှင့် နေလေ့မရှိပေ) တစ်ခါ တစ်ရံ ကိုယ်တော်မူလေ့လည်းရှိသည်။

(ဗဟင်ရှ်သီဇေဝဂ်ကျမ်း)

● ဥဒ္ဓုသ်ဇော်။ ။ (လမ်း၌) သူဆင်းရဲတစ်ဦးဦး (သို့မဟုတ်) အဘွားအိုတစ်ဦးဦးက ကိုယ်တော် နှံ့ နှင့် တစ်စုံတစ်ရာပြော လိုသော် ကိုယ်တော်မြတ် နှံ့ သည် လမ်းထောင့် တစ်ထောင့် ၌ (ဂရုတစိုက်) နားထောင်ရန် ထိုင်တော်မူလေ့ရှိပေသည်။

(ဗဟင်ရှ်သီဇေဝဂ်ကျမ်း)

● ဥဒ္ဓုသ်ဇော်။ ။ နမာဏ်ထဲတွင် ကျမ်းမြတ်ကုရ်အာန် ရွတ်ဖတ် တော်မူလျှင် ကိုယ်တော်၏ရင်ဘတ်တွင်းမှ ပူနေသောအိုး ဆူပွက် နေသကဲ့သို့ အသံထွက်ပေါ်လာသည်။ ဤသည် အလ္လာဟ်အရှင် မြတ်ကို ကြောက်ရွံ့မှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်နေခြင်းဖြစ်သည်။

(ရှာမာအစ်လ်ကျမ်း)

● ဥဒ္ဓုသ်ဇော်။ ။ မိမိကြောင့် တစ်စုံတစ်ယောက် ဒုက္ခမရောက် အောင် အိမ်သူအိမ်သားများကို အလွန်ဂရုစိုက်တော်မူလေ့ရှိသည်။ ထို့ကြောင့် ညအချိန်တွင် အပြင်သွားရန်ရှိလျှင် ဖြည်းညင်းစွာ ထခြင်း၊ ဖြည်းညင်းစွာ ဖိနပ်ဝတ်ခြင်း၊ ဖြည်းညင်းစွာ တံခါးဖွင့်ပြီး ဖြည်းညင်းစွာ အပြင်သို့ ကြွခြင်းသွားတော်မူလေ့ရှိသည်။ ထိုနည်းတူ အပြင်မှ အိမ်သို့ပြန်ကြွလာလျှင် တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ အိပ်စက် ခြင်းကို အနောင့်အယှက်မဖြစ်စေရန်နှင့် အိပ်ရေးမပျက်စေရန် အတွက် အထူးသတိထားပြီး ညင်သာအေးဆေးစွာဖြင့် ပြန်လာ တော်မူလေ့ရှိသည်။

(မိရှ်ကားသ်ကျမ်း၊ စာ-၂၈၀၊ ဗဟင်ရှ်သီဇေဝဂ်ကျမ်း)

❶ ခုန့်သံတော်။ ။ လင်သွားလျှင် မျက်လွှာကို အောက်တက်သို့ ချထားတော်မူသည်။ လူအုပ်စုနှင့်အတူသွားလျှင် အားလုံး၏ နောက်မှ လိုက်ပါသွားလေ့ရှိတော်မူသည်။ အရှေ့မှ တစ်စုံ တစ်ယောက်လာနေလျှင် အားလုံးထက်အလျှင် ကိုယ်တော်ကသာ (ပထမဦးစွာ) စလာပ်ပေးတော်မူလေသည်။

(ရှုမာအိလှေသီရိမိကျမ်း)

❷ ခုန့်သံတော်။ ။ လူမျိုးတစ်မျိုး၏ ဂုဏ်ရှိသောပုဂ္ဂိုလ်ကို လေးစားဂုဏ်ပေး၍ ဆက်ဆံခြင်း။

❸ ခုန့်သံတော်။ ။ မိမိ၏အချိန်များအနက် အချို့ကို အလွှာဟ် အရှင်မြတ်၏ အိဗာဒသံပြုရန်အတွက်လည်းကောင်း၊ အချို့ကို မိမိ မိသားစု၏ တာဝန်ဝတ္တရားများ (၎င်းတို့နှင့်စကားပြောခြင်း၊ နောက်ပြောင်ကျီစယ်ခြင်း) ထမ်းဆောင်ရန်လည်းကောင်း ခွဲဝေ အသုံးပြုခြင်း။ အချိန်၏ အချို့သောအစိတ်အပိုင်းကို မိမိကိုယ် ခန္ဓာအား၊ အနားပေးရန် အသုံးပြုခြင်း၊ (အနားယူခြင်း)။

(ရှုမာအိလှေသီရိမိကျမ်း)

❹ ခုန့်သံတော်။ ။ ကိုယ်တော်မြတ်အပေါ်သို့ ဒဏ္ဍန်းရွက်ဖတ် ပို့သခြင်း။ (နိဂ္ဂန္ထသံသွီး၊ စာ-၁၇၀)

❺ ခုန့်သံတော်။ ။ အိပ်နိုးချင်းအပေါ် အကျိုးပြုခြင်း၊ ကြီးသူကို ရိုသေလေးစားပြီး ငယ်သူအပေါ် သနားညှာတာခြင်း။

(ဗိဇ္ဇိကာသံကျမ်း၊ စာ-၄၂၃၊ ၄၂၄)

❻ ခုန့်သံတော်။ ။ မိမိအား ကောင်းမွန်စွာမဆက်ဆံသော ဆွေမျိုးသားချင်းနှင့် ကောင်းစွာဆက်ဆံခြင်း။ (ဗိဇ္ဇိကာသံကျမ်း)

● ဂန္ဓသင်္ဃဏီ။ ။ မိမိထက် ပိုမိုဆင်းရဲနိမ့်ကျသောသူများကို
ဂရုစိုက်ခြင်း။

● ဂန္ဓသင်္ဃဏီ။ ။ လက်ယာဘက် သို့မဟုတ် လက်ဝဲဘက်တွင်
ခေါင်းအုံးခြင်း။ (ရှုမာအိလေ့သိင်္ဂမိကျမ်း)

● ဂန္ဓသင်္ဃဏီ။ ။ ဇနီးသည်ကို ကြည်နူးပျော်ရွှင်စေရန် ကိုယ်
ခြင်းနှင့် ရယ်ရွှင်ဖွယ်ရာစကားပြောခြင်းသည်လည်း ဂန္ဓသင်္ဃဏီ
သည်။

(ခဆွာအာရံလိကျမ်း၊ စာ-၁၉၈)

● ဂန္ဓသင်္ဃဏီ။ ။ ဖျတ်နုမာန်ပြီးသည့်အချိန်မှ အာရံရာဇာနိမာန်
ဝတ်ပြု၍ အထိ ကိုယ်တော်သည် ဗလိထဲတွင် တင်ပျဉ်ခွေ၍
ထိုင်တော်မူလေ့ရှိသည်။ ထိုနည်းတူ မိမိ၏ဆွဟာဗတ်တပည့်ကြီး
များ အလယ်တွင် တင်ပျဉ်ခွေ၍ ထိုင်တော်မူလေ့ရှိသည်။

(ခဆွာအာရံလိကျမ်း၊ စာ-၁၉၆)

သို့ရာတွင် ငယ်ရွယ်သူများသည် လူကြီးများရှေ့ ပုဆပ်
ခူးတုပ်၍ ထိုင်ခြင်းသည် ကျိုးနွံရာဇာဓိပတိသည်။ (ထို့ကြောင့်
ငယ်ရွယ်သူများသည် လူကြီးများရှေ့ တင်ပျဉ်ခွေမထိုင်ဘဲ ပုဆပ်
တုပ်၍ထိုင်ခြင်းမှာ မွန်ခြတ်လှပေ၏)

(ရှုမာကျမ်း၊ တွဲ-၁)

● ဂန္ဓသင်္ဃဏီ။ ။ မိမိ၏ မွတ်စလင်မ်ညီနောင်ကို ပြီးရွှင်စွာတွေ့
ဆုံခြင်း။

(သိင်္ဂမိကျမ်း၊ တွဲ-၂၊ စာ-၈)

❀ ဥဒ္ဓါဏီ။ ။ အစီးအနင်းပေါ်၌ ၎င်း၏ပိုင်ရှင်ကို ရှေ့၌
 ထိုင်ရန် ပြောဆိုခြင်း၊ ပိုင်ရှင်က ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ ခွင့်မပြု
 သည့်အတွက် ရှေ့၌ မထိုင်ခြင်းသည် စွန့်သိဖြစ်သည်။
 မိဂ္ဂိကားသံကျမ်းတွင်လာရှိသည်မှာ တမန်တော်မြတ် ﷺ
 သည် အစီးအနင်းပိုင်ရှင်အား ဤသို့ အမိန့်ရှိတော်မူ၏။

أَنْتَ أَحَقُّ بِصَدْرِ دَابَّتِكَ (مَكْر.)

အဓိပ္ပာယ် ။ အသင်သည်သာလျှင် မိမိ၏အစီးအနင်း၏ အရှေ့
 ပိုင်းတွင် စီးနင်းထိုက်သူဖြစ်၏။
 (မိဂ္ဂိကားသံကျမ်း)

تَمَّتْ بِالْخَيْرِ
 رَبَّنَا تَقَبَّلْ مِنَّا إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ
 الْعَلِيمُ وَتُبْ عَلَيْنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ
 الرَّحِيمُ



ဟိဂျရီ ၁၄၁၂ ခုနှစ်၊ ဇွလ်ကအ်ဒဟ်လ (၉) ရက်၊
 ၁ရစ် ၂၀၀၄ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါလ (၂) ရက် (သောကြာ) နေ့တွင်
 အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်အလိုတော်ဖြင့် ပြန်ဆိုပြီးစီးသည်။

အမှားပြင်ဆင်ချက်

စာ	အမှား	အမှန်
၁၀။	လက်ညှိုး	လက်မ
၁၂။	ပလုပ်ကျင်း	ပလုတ်ကျင်း
၁၆။	သုပ် (အဝတ်ဖြင့်)	သုတ် (အဝတ်ဖြင့်)
၁၇။	ရင်ဘက်	ရင်ဘတ်
၁၈။	အကားဟလ်လားဟု	အကားမဟလ်လားဟု
၂၀။	ဆိုသည်အခါ	ဆိုသည့်အခါ
၂၉။	မွလ္လာအလီကရီ	မွလ္လာအလီကာရီ
၃၂။	အမွေးအကြိုင်	အမွှေးအကြိုင်
၄၂။	ခေါင်းဖီး	ခေါင်းဖြီး
၅၃။	ထည်ဝါခန်းနား	ထည်ဝါခမ်းနား



پیارے نبی کی پیاری سہیلی

عارف شاہ صاحب فرمود لانا شاہ حکیم محمد اختر صاحب تبرکاتہم

برمی ترجمہ

محمد جلال الدین (مولین) فاضل دارالعلوم دیوبند



ချစ်လှစွာသော မြတ်တမန်တော် ﷺ ၏ ချစ်လှစွာသော စွန့်သင်တော်များ



တည်းဖြတ်သူ

■
မုဟ်သီ နူးရ် မူဟမ္မဒ်

ပြန်ဆိုသူ

■
မုဟ်သီ မူဟမ္မဒ် ဂျလာလုဒ္ဒိန် - မော်လမြိုင်
(ကာဇေမီ - ဇေယ့်ဇန်စ်)